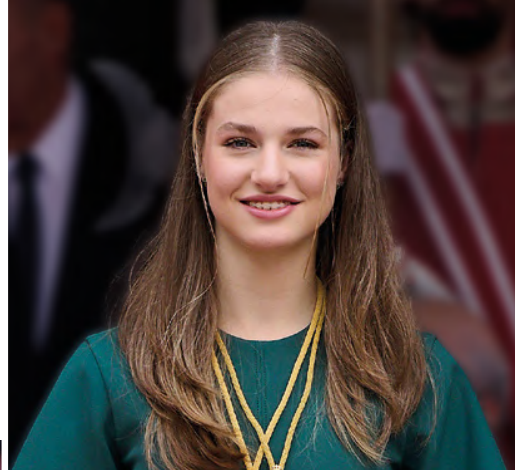
www.caras.pt

CARAS

PUBLICAÇÃO SEMANAL

Nº 1508 • 6 DE JULHO DE 2024 • PORTUGAL

PRINCESA DAS ASTÚRIAS VEM A PORTUGAL NO DIA 12 PARA A SUA PRIMEIRA VISITA OFICIAL

OLIVIER DA COSTA QUER CHEGAR AO "TOP" 10 DA FATURAÇÃO MUNDIAL

"QUERO SER MULTIMILIONÁRIO E NÃO VAI HAVER NADA QUE ME DISTRAIA DISSO"

MARCELLO E CAROLINA ANTONY NÃO PENSAM VOLTAR AO BRASIL

HARMONIA E BOA-DISPOSIÇÃO NA RECEÇÃO DOS IMPERADORES DO JAPÃO EM INGLATERRA

FOTO: GETTY IMAGES

50 anos de Orgulho

As cores do arco-íris iluminaram, uma vez mais, a cidade norte-americana de Nova Iorque para assinalar o 50.º aniversário da primeira marcha organizada após a Revolta de Stonewall. Atualmente, milhões de pessoas em todo o mundo celebram o Dia Internacional do Orgulho, exaltando as suas orientações sexuais e identidade de género. Mas tudo começou na "cidade que nunca dorme", nos idos anos de 1969, quando os frequentadores do bar *gay* Stonewall Inn, situado em Greenwich Village, decidiram enfrentar a polícia, tornando-se um marco da comunidade LGBTQIA+.

O ator e a empresária, juntos há 14 anos, sentem–se em casa a viver na linha de Cascais e não pensam voltar para o Brasil.

Com uma carreira de sucesso no Brasil, **Marcello Antony**, de 59 anos, aceitou um convite da TVI para integrar uma novela que o faria permanecer em Portugal durante dez meses. Mas *Valor da Vida* foi mais do que um desafio profissional. Na verdade, mudou o seu trajeto pessoal.

O ator e a família, que o acompanhou nesta aventura, a mulher, **Carolina**, 45 anos, os filhos, **Stephanie**, de 24, e **Francisco**, de 20, da união com a atriz **Mónica Torres**, **Lucas**, de 23, e **Louis,** de 18, de um anterior casamento da empresária, e **Lorenzo**, de 12 anos, de ambos, apaixonaram-se tanto quanto ele pela segurança e beleza do país e acabaram por o escolher como a sua morada, deixando o Rio de Janeiro para trás.

"Não vínhamos para ficar. Viemos por causa da novela e com a ideia de que se gostássemos, ficávamos." (Carolina)

Em Cascais, onde residem, Marcello e Carolina conversaram com a CARAS sobre a nova vida que construíram, o amor que os une e os filhos de quem se orgulham.

– De repente, estão há seis anos a viver em Portugal.

Marcello – É verdade. Chegámos a Lisboa há seis anos com 16 malas. A verdade é que já tínhamos a intenção de sair do Brasil, mas o nosso destino era Orlando, nos EUA. Só que estas coisas não somos nós que comandamos, é o destino. Quando pretendíamos sair do Brasil, chegou o convite da TVI, conversámos, ponderámos e, em dois meses, mudámos a nossa vida e viemos para cá.

MARCELLO E CAROLINA ANTONY: "MUDAR PARA

PORTUGAL FOI A NOSSA GRANDE AVENTURA"

Marcello e Carolina conheceram-se num ginásio e, embora nenhum deles andasse à procura de uma paixão, em pouco tempo perceberam que já não queriam viver um sem o outro.

Carolina – Foi uma loucura! Queríamos sair do Brasil, já tínhamos pensado nisso, mas nunca achei que fosse de uma hora para a outra, até, porque temos um restaurante no Rio e foi preciso organizar a casa, o restaurante e deixar tudo a funcionar na nossa ausência. Também tivemos de tirar as crianças da escola, porque o ano letivo não coincide. Mudar para Portugal foi a nossa grande aventura.

– Os vossos filhos aceitaram bem esta mudança?

Marcello – Antes de tomarmos qualquer decisão, reunimos os nossos filhos e conversámos, porque eles podiam não querer. Mas aceitaram na hora.

"O Brasil, particularmente o Rio de Janeiro, que é a cidade mais violenta do país, não é seguro." (Marcello)

Carolina – Para eles, era diferente, como se fosse um intercâmbio escolar. Nós não vínhamos para ficar. Viemos por causa da novela e com a ideia de que se gostássemos, ficávamos. Quando o trabalho do Marcello acabou, perguntámos se queriam voltar para o Brasil e foram eles que quiseram ficar. Apenas pediram para nos mudarmos para um sítio com praia.

Marcello – E foi o que fizemos. Deixámos Lisboa e viemos para Cascais, que adoramos. Os nossos filhos já nem se veem noutro lugar, não vão voltar para o Brasil. O Francisco já mora sozinho em Lisboa e a minha filha casou-se e vive em Filadélfia, mas antes viveu cá. Faz parte da vida os nossos filhos crescerem e seguirem os seus caminhos. Temos de saber *surfar* nessa onda e aproveitá-los bem.

– E vocês, planeiam voltar?

Carolina – Não sei o que vai acontecer quando for mais velha. Gosto de morar em vários lugares.

Do namoro ao casamento foram poucos meses e Lorenzo, de 12 anos, filho de ambos, que se juntou aos dois dele e aos dois dela, veio completar a família, que veio viver para Lisboa há seis anos.

Vivi nos EUA muitos anos, mas adoro Portugal. É um país muito tranquilo.

Marcello – Com certeza, essa possibilidade existe, mas a verdade é que não me vejo noutro lugar que não cá. Portugal é um sítio maravilhoso para se morar. A perspetiva é a de continuar.

– Foi essa tranquilidade e segurança que vos fez querer ficar?

Marcello – Sim, porque o Brasil, particularmente o Rio de Janeiro, que é a cidade mais violenta do país, não é seguro para os nossos filhos. Eles iam a uma festa e nós não dormíamos enquanto não regressassem. Aqui, vão e dormimos descansados. Não quer dizer que não possa haver problemas, mas em comparação com o que vivíamos lá, é uma tranquilidade.

"Foi tudo muito rápido connosco. Começámos a namorar e, em três meses, a Carolina engravidou do Lorenzo." (Marcello)

Carolina – Podemos criar os nossos filhos com qualidade de vida, não vivemos em neurose, com medo constante de que possa acontecer qualquer coisa. No Brasil, as pessoas ficam muito presas aos condomínios, aos carros blindados. Ao mesmo tempo, parece que é obrigatório mostrar que se tem um alto padrão de vida, usar as melhores roupas, as melhores marcas, andar com as pessoas "bacanas", ter vários empregados em casa. Aqui, descobrimos uma outra realidade: que viver com simplicidade é muito mais gostoso e gratificante.

– Nunca puseram a hipótese do Marcello vir fazer um trabalho e a Carolina ficar no Rio?

Carolina – Não. Só recentemente é que nos separámos dois meses, porque o Marcello teve projetos no Brasil e eu fiquei. Desde que nos conhecemos nunca mais nos largámos.

"Faz parte da vida os nossos filhos crescerem e seguirem os seus caminhos. Temos de saber 'surfar' nessa onda e aproveitá-los bem." (Marcello)

Marcello – Foi assim desde o primeiro dia. Connosco foi tudo rápido e intenso.

– Como se conheceram?

Marcello – Conhecemo-nos num ginásio. Vi esta mulher linda e quis manter contacto, achando que ia ser uma coisa passageira, mas não, apaixonei-me, pedia-a em namoro, em casamento. Foi difícil de conquistar.

Carolina – Estava no Brasil, mas ia voltar para os EUA, morar em Miami, focada num objetivo e não queria nada com ele. Mas a verdade é que me convenceu. Quando olhámos bem de frente um para o outro, parecia que estava a dar um mergulho.

– Estão juntos há quanto tempo?

Carolina – Há 14 anos.

Marcello – Foi tudo muito rápido connosco. Começámos a namorar e, em três meses, a Carolina engravidou do Lorenzo. Quando fizemos um ano juntos, ele já tinha nascido.

Carolina – Nós praticamente casámo-nos logo, tanto que as nossas alianças têm gravadas a data do nosso primeiro encontro. O casamento foi depois, um dia maravilhoso.

Marcello – A Carolina já se casou grávida e o casamento foi a celebração do nosso amor.

– Há certeza de que este é um grande amor?

Marcello – Sem dúvida! O nosso encontro foi forte e para sempre. Há amor, cumplicidade e respeito, senão cada um seguiria um caminho diferente

Carolina – É o amor da minha vida. Não existe possibilidade de vivermos um sem o outro. Sabemos respeitar até o espaço um do outro. O Marcello é muito caseiro, gosta de ficar em casa tranquilo, eu saio mais.

“O nosso encontro foi forte e para sempre. Há amor, cumplicidade e respeito, senão cada um seguiria um caminho diferente.”

– Foi fácil abrir mão da carreira que tinha no Brasil e de alguma forma recomeçar cá?

Marcello – Foi muito fácil, na verdade. Quando aqui cheguei, já tinha feito muitas novelas de grande sucesso, tanto é que ainda não saí do ar no Brasil com as repetições de todas as novelas. E aqui também sou muito reconhecido. Entrei agora no mercado do imobiliário de luxo através da The Agency e quando cheguei ao pé de dois proprietários russos, eles sabiam quem eu era. É uma coisa muito forte e dá-me um certo orgulho. Faz-me perceber que fiz trabalhos marcantes. A dramaturgia brasileira mexe com mais de 20 milhões de pessoas.

– Não pensa voltar a representar?

Marcello – Apesar desta nova aventura no imobiliário, que tem sido muito divertida, sou ator e continuo a trabalhar na área

sempre que surge um projeto que me interesse. Tenho feito trabalhos para plataformas de *streaming* e fui sondado para fazer a próxima novela da TVI. No Brasil, como estou bem estabelecido aqui, não sinto essa necessidade.

Carolina – Este ano tem-nos trazido muitas surpresas. O Marcello nunca imaginou que ia trabalhar no ramo imobiliário, mas aconteceu. Eu também estou num novo desafio profissional. Tornei-me *manager* de **Loukas**, dos Gipsy Kings, e estou a adorar trabalhar no universo da música. ●

TEXTO: **CARLA MARTINS COSTA** FOTOS: **JOÃO LEMOS**
MAQUILHAGEM E CABELOS: **SINVAL DE SOUZA**

Agradecemos a colaboração de **Onyria Quinta da Marinha Hotel** e **Tropical Brasil**

Recentemente, Marcello juntou-se à equipa da imobiliária de luxo The Agency, depois de ter acompanhado amigos brasileiros na compra de casas em Portugal, e está entusiasmado, apesar de não ter deixado a representação.

"Apesar desta nova aventura no ramo imobiliário, sou ator e continuo a trabalhar na área."

DESFILE EM PARIS

SEMANA DA MODA MASCULINA

Demi Moore, Kate Moss, Brooklyn Beckham e Maluma foram algumas das celebridades que se encontravam na primeira fila do desfile da coleção primavera-verão 2025 da Dior Men, apresentada na Semana da Moda Masculina de Paris. "Dior para os meus amigos de verdade", foi como o diretor criativo da marca, o britânico Kim Jones, intitulou esta coleção, que desfilou nos jardins de Val-de-Grâce.

Pierre Casiraghi

A cantora francesa Amanda Lear

Brooklyn Beckham

FOTO: DIOR

Micheal Ward

Hugo Marchand

Xavier Dolan

O cantor colombiano Maluma

Demi Moore e a filha Scout LaRue Willis

Kate Moss

Soobin, Huening Kai, Yeonjun e Taehyun, elementos da banda sul-coreana Tomorrow X Together

Robert Pattinson

Enzo Raia Celulari

Casey Affleck

A moda é uma verdadeira paixão para Francisco Faria, que se sentiu honrado por ter sido o "influencer" português convidado para ir a Paris assistir ao desfile primavera/verão de 2025 das criações masculinas da Dior.

FRANCISCO FARIA
"ESTOU MUITO GRATO POR ESTA EXPERIÊNCIA"

Modelo internacional, diretor criativo, empreendedor, especialista em *marketing* digital e um dos mais destacados *influencers* masculinos do país. É assim que a *Forbes* descreve **Francisco Faria**, de 31 anos, que esteve recentemente em Paris para assistir ao desfile primavera/verão 2025 da Dior Men.

"Foi uma honra ser um dos convidados, a Dior é uma marca muito especial e estou muito grato por esta experiência", diz Francisco Faria à CARAS, destacando ainda o que mais gostou de ver: *"Foi genial a forma como* ***Kim Jones*** [diretor criativo da Dior] *conseguiu imprimir a arte de* ***Hylton Nel*** [ceramista] *na coleção em geral. É difícil escolher os* looks *que mais gostei deste desfile porque, confesso, foi uma das coleções com que mais me identifiquei. Destaco os* prints *deste artista nas peças e as botas que quase parecem um* upgrade *das socas tradicionais, assim como as calças com a meia saia."*

Quem é para Francisco Faria o homem mais elegante do mundo? "O meu pai nos anos 80"

Aproveitámos para perguntar a Francisco Faria quais são as suas peças indispensáveis. *"Há as que andam sempre na minha mala e que, apesar de serem básicos, permitem-me adaptar a diferentes ocasiões ou elevar o* styling *de algum* look. *São eles: uns óculos de sol pretos (superversáteis e intemporais), as clássicas calças pretas plissadas (com esta peça nunca se erra), um* tank top *branco (um básico essencial), ténis Adidas modelo Samba (são muito práticos), uns* loafers [mocassins] *Dior, uma camisa branca e, para elevar os visuais, um relógio".*

TEXTO: **CARLOS MACIEL** FOTOS: **D.R.**

INÊS CASTEL-BRANCO: "O MEU FILHO ESTÁ SEMPRE EM PRIMEIRO LUGAR"

Depois de ter estado quase um ano dedicada às gravações da novela da TVI *Cacau*, **Inês Castel-Branco** prepara-se para abraçar, no final deste ano, um projeto no teatro. E faz questão de que seja assim, que venha um desafio de cada vez. "*Nunca acumulo trabalhos, quando faço teatro só faço teatro, quando faço televisão só faço televisão, senão não consigo ter vida pessoal, não consigo estar com o meu filho e para mim não dá. Fiz um ano de televisão e agora faço um de teatro. Estabeleço prioridades e o meu filho está sempre em primeiro lugar*", disse à CARAS. **Simão**, de 13 anos, é o único filho da atriz, de 42, fruto da sua relação – entretanto terminada – com **Filipe Pinto Soares**.

Ainda antes de se focar na peça que vai apresentar em dezembro, no Teatro da Trindade, em Lisboa, a atriz vai gozar um período de descanso. "*Em agosto vou de férias com o meu filho, com a família e amigos, vamos sempre um grupo grande. Vou para a costa alentejana e para o Algarve, como tem sido habitual nos últimos anos*", revelou. Será então com as baterias carregadas que começará os ensaios para *A Médica*, um drama intenso e atual. "*É uma peça bastante contemporânea sobre vários temas que estão em voga como a política do cancelamento, o racismo, a sexualidade, que tem lugar num hospital. Há uma situação em que uma médica toma uma decisão, que é filmada, torna-se viral e depois tudo o que vem daí é o espetáculo em si*", explicou.

A peça tem encenação de **Ricardo Neves-Neves** e é protagonizada por **Custódia Gallego**, contando ainda com os desempenhos de artistas como **Adriano Luz**, **Maria José Paschoal**, **Pedro Laginha**, **Sandra Faleiro**, entre

A atriz nunca acumula projetos profissionais para ter tempo para estar com Simão, de 13 anos.

outros. Trabalhar com estes atores será para Inês um enorme prazer, principalmente com a estrela da peça, Custódia, de quem é amiga há muitos anos e com quem, por isso mesmo, tem uma relação muito cúmplice: *"É ótimo poder trabalhar e aprender com ela."* Até entrar de férias, Inês tem em mãos um projeto na área da representação do qual *"não se pode ainda falar"*.

TEXTO: **ANA RITA SANTOS** FOTOS: **JOSÉ OLIVEIRA**

Como muitos outros jovens, Hélder Afonso começou por ser modelo, carreira que o tirou de Bragança, onde nasceu em 1993, para levá-lo até às metropolitanas cidades norte-americanas de Los

Do alto dos seus 1,83 m, **Hélder Afonso** deu nas vistas na Fonte da Telha, onde passou um dia bem animado a convite da Intimissimi Uomo. Nesta *Summer Experience* da marca de roupa íntima masculina, o ator participou em duas atividades: aprender a fazer o seu *cocktail* favorito e a personalizar camisas de linho. Este último foi o seu *workshop* favorito e fazê-lo na Costa da Caparica teve *"um sabor especial, por ter sido feito frente ao mar, pois tudo sabe sempre bem quando é feito ao pé da água"*.

"Sinto que há cenas em que tenho mais facilidade em me exprimir fisicamente."

– Como é que um rapaz de Bragança chega a Nova Iorque para trabalhar como modelo?

Hélder Afonso – A moda apareceu por acaso na minha vida. Durante todo o tempo que trabalhei diretamente na moda, tive a oportunidade de me apaixonar por ela e vê-la como uma forma de arte, não só na perspetiva de quem cria tendências, mas também de quem usa, consome e contribui para ela. Viver em Nova Iorque sempre foi uma etapa que vi como progressão na carreira e um objetivo. Olhando para trás e vendo aquele miúdo que saiu de Bragança, nem pensava nisso, mas ao longo do tempo foram-se criando objetivos e desafios a alcançar e esse foi um deles.

– Já esteve em várias cidades europeias, há alguma em que gostasse de viver ou da qual guarda boas recordações?

HÉLDER AFONSO: "A MODA FOI IMPORTANTE

Angeles e Nova Iorque, assim como à eterna "Cidade Luz". Em 2021 teve a oportunidade de se estrear como ator nos ecrãs da SIC. E gostava de, um dia, representar o papel de um transmontano.

– Existem duas que me tocaram de forma especial. A primeira foi Los Angeles, pelas vivências que tive lá. Fizeram-me dar um salto quântico enquanto pessoa, tive muitas aprendizagens que foram ouro para o meu crescimento humano e guardo muitas saudades e boas recordações dessa cidade, por essas razões. E a segunda é Paris. A cidade que respira arte por todo lado, é incrível ver e viver de um ponto de vista artístico. A própria cidade vive e sente a arte de uma forma muito especial. E isso, para mim, foi muito mágico de se viver.

"A verdade é que nunca pensei ter tanta diversidade no início da minha carreira."

– Já fez de hippie na novela da SIC *A Serra* e de padre na série da RTP *Braga*. Agora é um lisboeta a trabalhar nos Açores em *Senhora do Mar*. Na diversidade está o ganho?

– A verdade é que nunca pensei ter tanta diversidade no início da minha carreira, por isso diria que sim. É algo que prezo muito porque me faz crescer profundamente enquanto ator. Falta o transmontano ou o agricultor.

– O seu David Monteiro na novela de horário nobre da SIC parece ser bom rapaz, mas mente com muita facilidade... Poderemos considerá-lo um (quase) vilão?

– Só parece bom rapaz mesmo. Considero o David um vilão que sabe ser cordeirinho e sabe passar pelos pingos da chuva, mas como se diz na cultura popular, a mentira tem perna curta

PARA CONHECER MUITO BEM O MEU CORPO"

“As três palavras que melhor me descrevem são: autêntico, versátil e humano.”

“Tudo sabe sempre bem quando é feito ao pé da água”, diz Hélder Afonso, que confessa ser apaixonado pelo mar. É também por isso que se sente privilegiado por gravar a novela da SIC “Senhora do Mar”em terras açorianas: “A Terceira é uma ilha mágica, cheia de pessoas incríveis.”

e mais depressa se apanha um mentiroso do que um coxo.

– Todos os seus colegas de elenco dizem que gravar na ilha Terceira é das melhores coisas deste trabalho. Partilha da mesma opinião?

– É um privilégio filmar na Terceira, é uma ilha mágica cheia de pessoas incríveis, fomos sempre bem recebidos e acolhidos. Partilho da opinião dos meus colegas, seguramente. É também um privilégio porque, como estamos semanas seguidas na ilha, temos a oportunidade de conhecer e criar vínculos com os nossos colegas, trocar perspetivas e experiências juntamente com toda a equipa. Isso vale ouro!

– Representar era um sonho de menino?

– Era, sim, um sonho de menino. A moda apareceu na minha vida e fez-me esquecer um pouco esse fascínio que tinha pela representação. Mais tarde a representação acabou por aparecer de novo e sinto-me extremamente grato por isso.

– Ser modelo ajuda-o na arte da representação ou nem por isso?

– Ajuda muito, aquilo que trago de mais valioso da moda é a fisicalidade. A moda foi importante para conhecer muito bem o meu corpo e saber como usá-lo. Sinto que há cenas em que tenho mais facilidade em exprimir-me fisicamente, precisamente porque tenho esta consciência corporal.

“Cillian Murphy, Daisy Ridley, Eddie Redmayne, Julia Garner e Tom Hardy são os atores e atrizes que mais admiro.”

– E ser bonito pode ser desvantajoso?

– Não acho desvantajoso, mas também não o vejo como uma vantagem. O que cada vez mais conta é a energia que o ator tem em cena, aquilo que é capaz de transmitir e o seu grande profissionalismo.

– Esteve num evento da Intimissimi Uomo. Dá importância à escolha da roupa íntima que usa? Que cores prefere? E o que não gosta mesmo de vestir?

– Dou uma grande importância, porque é a primeira linha de contacto com a nossa pele, primo pelos materiais e gosto de usar sempre cuecas. Gosto de cores neutras, não complico muito.

– Se lhe oferecerem uma peça mais íntima fica contente?

– Fico, claro, mas por ser algo tão nosso, tão íntimo, prefiro ser eu a escolher.

– E também dá de presente a alguém do seu sexo ou tem vergonha de o fazer?

– Não tenho vergonha, mas às vezes pode ser um pouco evasivo, mas gosto sempre de surpreender com uma boa roupa interior.

TEXTO: **CARLOS MACIEL**
FOTOS: **D.R. E @HELDERAFONSO**

A atriz, tal como a sua personagem, é atenta às tendências

A trama continua a decorrer na "cidade que nunca dorme"

Apesar de ambas já serem quase sexagenárias – Kristin Davis fará 60 anos a 23 de fevereiro e Sarah Jessica Parker

O bairro de Soho, em Nova Iorque, é um dos muitos cenários da série da HBO Max *And Just Like That*, cujas gravações da 3.ª temporada arrancaram em finais de maio. A dupla de atrizes **Sarah Jessica Parker** e **Kristin Davis**, ambas de 59 anos, volta a integrar o *spin off* de *O Sexo e a Cidade*. E foi na pele das suas personagens, Carrie Bradshaw e Charlotte York Goldenblatt, respetivamente, que foram apanhadas pelos fotógrafos a gravar naquela conhecida zona da cidade e a mostrar que o estilo e a elegância não têm idade. As amigas nova-iorquinas continuam fiéis ao que habituaram os fãs da série, pelo menos no que diz respeito à sua imagem. Neste dia de gravações, Sarah usou um vestido preto por cima de uma camisa branca *oversized* com pormenores nos punhos. O cabelo estava solto e o visual ficou completo com

SARAH JESSICA PARKER E KRISTIN DAVIS GRAVAM NAS RUAS DE NOVA IORQUE

a 25 de março – as estrelas continuam, não só em excelente forma física, como a espalhar charme, sendo ícones de estilo.

uma mala grande e uns sapatos de salto alto com padrão *polka dot*. Já Kristin, escolheu um vestido floral em tons de rosa-forte e verde, uma *clutch* rosa mais claro e sandálias de salto agulha vermelhas. Tal como milhares de pessoas que todos os dias se deslocam pelas ruas de Nova Iorque, a morena segurava uma bebida.

Nas imagens captadas, as atrizes mostram-se cúmplices e sorridentes, não sendo possível perceber em que momentos estavam a desempenhar os seus papéis e quando faziam pausas. É que as duas estrelas, que já interpretam estas personagens há 26 anos, são amigas na vida real. A relação também é de proximidade com o terceiro elemento que completa o grupo de protagonistas, a atriz **Cynthia Nixon**, que na série é Miranda Hobbes. ●

TEXTO: **ANA RITA SANTOS** FOTOS: **GETTY IMAGES**

A rodagem da 3.ª temporada de "And Just Like That", que conta com as duas atrizes, corre a todo o vapor.

Estas gravações tiveram lugar a 25 de junho

FILHA DE MERYL STREEP, LOUISA JACOBSON, ASSUME NAMORO COM ANNA BLUNDELL

Meryl Streep com as filhas, Grace e Mamie Gummer e Louisa Jacobson

Louisa Jacobson e Anna Blundell

A atriz da série da HBO Max "The Gilded Age", de 33 anos, recorreu ao seu Instagram para partilhar várias imagens, incluindo a que se pode ver acima, onde aparece ao lado da produtora.

Meryl Streep celebrou o seu 75.º aniversário a 22 de junho, precisamente o dia em que a sua filha mais nova, **Louisa Jacobson**, assumiu publicamente o namoro com a produtora **Anna Blundell**. A jovem atriz, de 33 anos, recorreu ao seu Instagram para partilhar uma série de imagens em cuja legenda escreveu: *"Abençoada por entrar por entrar na Nova Era Alegre"*, fazendo alusão a um artigo do *The New York Times* com o título *"Estamos a entrar numa Nova Era Alegre da Moda Lésbica"*. A publicação contou com inúmeras manifestações de carinho de amigos e familiares das duas e de pessoas da comunidade LGBTQIA+ e fora dela.

"Abençoada por entrar por entrar na Nova Era Alegre" (Louisa Jacobson, no Instagram)

Recorde-se que a última relação conhecida da atriz de *The Gilded Age*, série da HBO Max, foi com o ator norte-americano **Jonathan Higginbotham**, de 34 anos, que conheceu enquanto ambos estudavam arte dramática na Universidade de Yale. Os dois chegaram mesmo a viver juntos num apartamento no bairro de Brooklyn, em Nova Iorque.

Louisa é fruto do casamento entretanto terminado de Meryl Streep com o artista plástico **Don Gummer**. O casal tem ainda mais três filhos, o cantor e compositor **Henry Wolfe**, de 44 anos, e as atrizes **Mamie Gummer**, de 40, e **Grace Gummer**, de 38.

TEXTO: **CRISTIANA RODRIGUES** FOTOS: **GETTY IMAGES E @LOUISA_JACOBSON**

BEATRIZ RUBIO BATIZA O PRIMEIRO NETO: "É

A gestora dá as boas-vindas a Juan Maria, que recebeu o primeiro sacramento em Madrid.

A chegada de um bebé ao seio de uma família é um momento que se vive com amor e ternura. Não foi diferente para **Beatriz Rubio** e **Manuel Alvarez**, respetivamente a CEO e o presidente do grupo Remax Portugal, que estavam ansiosos por serem avós. Aliás, numa entrevista exclusiva dada na casa da família, no Estoril, em abril último, a gestora contou-nos que ambos estavam prontos para começar a receber a chegada dos netos, com Beatriz a garantir que será ela mesma a ir buscar as crianças ao colégio, abrandando o seu atual ritmo de vida para poder usufruir desta nova e tão importante etapa para si. Na altura, as duas filhas do casal

Patrícia Alvarez, Juan Maria Gonzalez, Juan Maria e os padrinhos, Manuel Alvarez e Elisa Gonzalez no momento do batismo

O bebé nasceu no dia 20 de abril, em Lisboa

Os pais com o seu filho na Igreja de Santa Maria de Caná

Juan Maria Gonzalez com o filho ao colo sob o olhar ternurento de Patrícia Alvarez

UM BEBÉ MUITO TRANQUILO E TRANSMITE PAZ”

– que tem ainda outro filho, **Manuel** –, **Marta** e **Patrícia**, encontravam-se grávidas, à espera do primeiro filho e num avançado estado de gestação.

No dia 20 de abril, no Hospital São Francisco Xavier, em Lisboa, nasceu o primeiro bebé desta família espanhola que escolheu Portugal para viver. **Juan Maria** é filho de **Patrícia** e **Juan Maria Gonzalez** e recebeu, menos de dois meses depois do seu nascimento, o primeiro sacramento na Igreja de Santa Maria de Caná, em Pozuelo, Madrid, cidade onde vivem os avós paternos. Um momento muito emotivo para todos. *“Foi um dia muito feliz, um momento muito íntimo, delicado, muito familiar e de enorme alegria e felicidade”*, contou Beatriz, que está encantada com o pequeno Juan Maria. *“É um bebé muito tranquilo e transmite paz. Ser avó é, como dizem em*

Beatriz Rubio e Manuel Alvarez com Beatriz Flores e Eduardo Rubio, pais de Beatriz, os filhos, Manuel e Patrícia, e o neto

Patrícia e Juan Maria felizes no dia do batizado do filho

O pequeno Juan Maria ao colo do pai e com a mãe e os padrinhos ao lado

Portugal, ser 'mãe doce', amamos infinitamente como uma mãe, temos os melhores momentos para desfrutar e depois, quando chega a noite, é para os pais", disse. Longe de organizarem uma festa grandiosa, os recentes pais, em conjunto com os avós de ambos os lados, preferiram uma cerimónia discreta, com a presença apenas dos familiares mais próximos. Para padrinhos do seu filho, Patrícia e Juan Maria escolheram os respetivos irmãos, Manuel Alvarez e **Elisa Gonzalez**.

No final da cerimónia, todos posaram com o bebé junto à

Manuel Alvarez, Beatriz Rubio, Patrícia Alvarez, Juan Maria Gonzalez e os pais deste, Almudena Mateos e Juan Maria Gonzalez

A felicidade da família Alvarez Rubio neste dia especial. Só faltou Marta, que se encontra na fase final da gravidez

A CEO da Remax Portugal com o primeiro neto ao colo

"Para mim, está a ser uma experiência fora de série. É voltar à terra, voltar a ser mãe, mas com a maturidade que faz com que tudo seja mais facil."

igreja e num jardim, num registo que perdurará no tempo. A tradição também foi cumprida na hora de escolher a roupa de batismo. O vestido que Juan Maria usou encontra-se na família Alvarez há quatro gerações. Já foi usado pela bisavó, o avô e a mãe, tendo um grande valor simbólico para todos. Para esta ocasião especial, Beatriz e Patrícia optaram por modelos florais, em tons pastel da Zimmermann.

Neste dia emotivo para a família, faltou apenas **Marta** e o marido, **João Castro**, pois a médica e tia do bebé está a poucos dias de ser mãe, o que a impossibilitou de estar presente.

Preparada para receber agora a neta, que também será batizada no Estoril, Beatriz assume que não podia estar mais feliz por ver a família crescer sempre muito unida, sendo que os netos terão menos de três meses de diferença e serão certamente *"os melhores amigos"*. *"Para mim, está a ser uma experiência fora de série. É voltar à terra, voltar a ser mãe, mas com a maturidade que faz com que tudo seja mais fácil e menos stressado."*

TEXTO: **CARLA MARTINS COSTA** FOTOS: **D.R.**

RUI COUCEIRO: "SOU INCAPAZ DE SEGUIR FÓRMULAS, MAS SOU DISCIPLINADO"

O autor com a namorada, Helena Sottomayor Cardia, e a editora Sofia Fraga

Depois anos depois da sua estreia com "Baiôa Sem Data Para Morrer", Rui Couceiro dá a conhecer a sua segunda obra literária, "Morro da Pena Ventosa", que apresentou no Jardim do Solar dos Presuntos, em Lisboa.

Luísa Castel--Branco e Francisco Colaço

Tozé Brito e Inês Meneses

Dizem que a cidade do Porto nasceu no morro da Pena Ventosa, onde as casas se encavalitam *"umas nas outras e nelas sobrevivem a custo os velhos moradores, aqueles que construíram a Invicta e que o turismo e a modernidade vão empurrando para os subúrbios"* onde *"são as gentes que dão o colorido às vielas escuras aonde o sol quase não chega e onde subsiste a memória coletiva de um povo que se diz tripeiro"*, começa assim a sinopse do novo romance de **Rui Couceiro** que escolheu este lugar como palco para as personagens deste livro, *Morro da Pena Ventosa*, apresentado no jardim do Solar dos Presuntos, em Lisboa, pelo escritor **Miguel Esteves Cardoso**, com moderação da jornalista

"Não senti nada a chamada pressão do segundo romance. Limitei-me a escrever o livro que queria e que eu próprio gostasse de ler."

Conceição Lino. Uma obra que aborda temas como a gentrificação, as alterações climáticas, a perda e o amor, que Miguel Esteves Cardoso, um dos ídolos do autor, descreve como *"muito emocionante, muito violento, que tem uma componente trágica e que tem de ser lido rapidamente para sabermos o que vem logo a seguir. Deu-me uma vontade imensa de ser do Porto, ter nascido no Porto e uma inveja imensa de Lisboa não ter um romance como este"*.

Lisonjeado com estas palavras, as quais agradeceu, o autor, natural do Porto, cidade onde vive, também não poupou elogios a Conceição Lino, que conheceu há dez anos na SIC onde entrou como estagiário quando achava que a sua vida seria o jornalismo, à editora, **Sofia Fraga**, e à namorada, **Helena Sottomayor**

O segundo romance do autor de “Morro da Pena Ventosa” é uma ode à cidade do Porto e às suas gentes.

Conceição Lino, Rui Couceiro e Miguel Esteves Cardoso

Lídia Jorge e Anabela Mota Ribeiro

Conceição Calhau

A cantora Márcia

Na apresentação do seu segundo romance, o escritor contou com a presença de vários amigos, como Luísa Castel-Branco, Inês Meneses, Lídia Jorge e Anabela Mota Ribeiro.

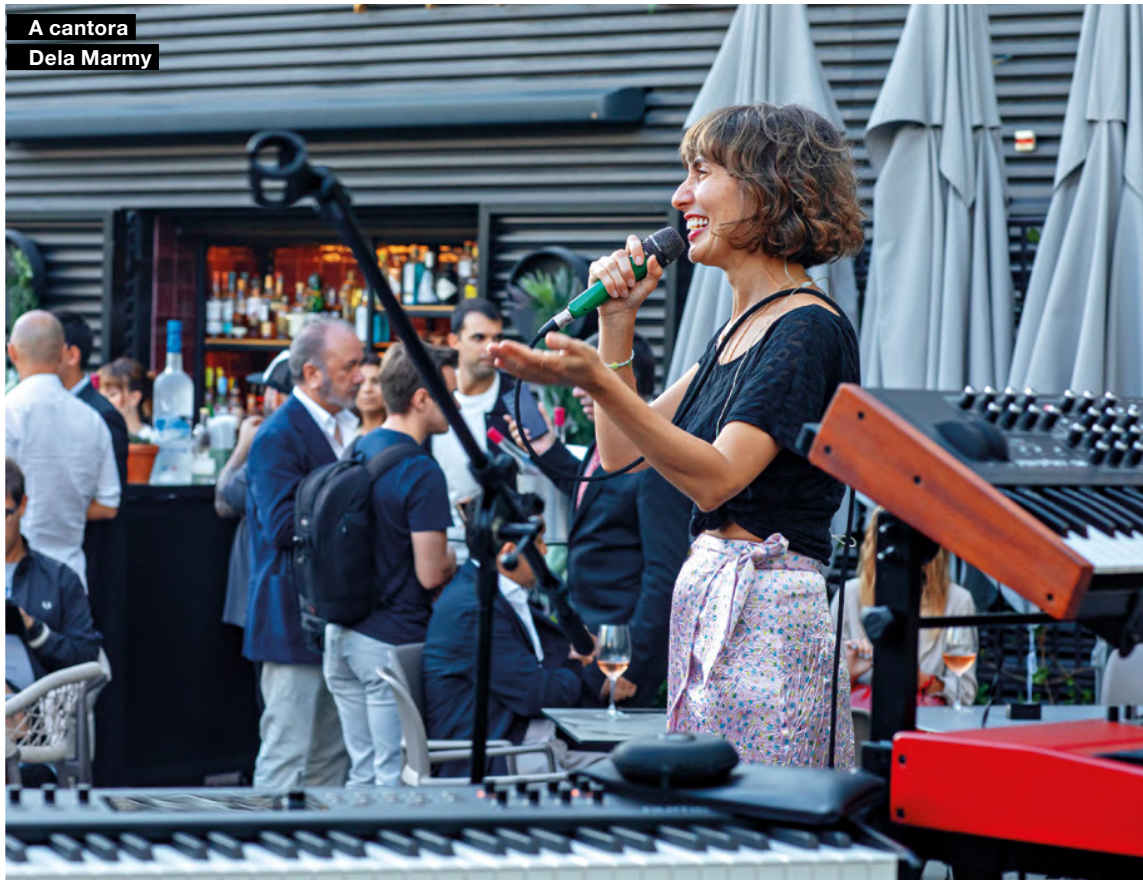
Cardia. *"Tenho de agradecer à Helena porque ela incentivou-me a desistir de um doutoramento e de outros caminhos para escrever um romance, o* Baiôa Sem Data Para Morrer. *Ela entende as minhas necessidades, ela entende a necessidade me isolar, de ir para uma casa que tenho em Penedono e de me fechar lá a escrever e não estar com ninguém, de passar os fins de semana fechado a escrever quando podíamos estar a fazer outras coisas mais interessantes ou pelo menos mais divertidas e isso é de uma grande generosidade, de uma generosidade sem fim. Quem quer escrever precisa de alguém assim ou então fica sozinho e eu tenho a sorte de a ter encontrado e de ela me permitir isso"*, disse.

E se o primeiro romance foi muito bem recebido pelo público e pela crítica, Rui Couceiro

Ana Galvão

Maria João Pinheiro e Miguel Esteves Cardoso

Diana Bouça-Nova

A cantora Dela Marmy

espera que as pessoas também gostem deste livro: "*Não senti nada a chamada pressão do segundo romance. Limitei-me a escrever o livro que queria, usando o mesmo critério que tinha usado para o* Baiôa sem Data Para Morrer: *fazer um livro que eu próprio gostasse de ler. Mas é claro que espero que as pessoas gostem, que o livro encontre os seus leitores.*" O escritor sublinha ainda: "*Sou incapaz de seguir fórmulas no que quer que seja, mas sou disciplinado. Parece contraditório, mas não é, porque crio as minhas próprias técnicas, hábitos e rotinas a partir do que intuo e considero melhor ou mais adequado ao meu feitio e às minhas características. Por isso acho sempre que a literatura será mais bem-sucedida se cada um procurar menos o sucesso e, ao invés, fizer mais aquilo em que realmente acredita. Quero crer que uma literatura baseada nas inclinações, inquietações e obsessões de cada um – nos demónios pessoais, como lhes chama* **Vargas Llosa** *– será sempre mais verdadeira e por isso mais sedutora para quem lê*".

TEXTO: **CRISTIANA RODRIGUES** FOTOS: **JOÃO LIMA**

OLIVIER DA COSTA "NÃO QUERO ESTRELAS

O ÀCosta by Olivier, no Terreiro do Paço, abriu no início de junho

Dono de um império na área da restauração, tem como sonho maior estar no "top" 10 da faturação mundial.

Nascido no seio de uma família dedicada à gastronomia e com uma carreira de quase três décadas, **Olivier da Costa**, de 48 anos, já abriu, ao longo da sua vida, mais de meia centena de restaurantes e tem planos para mais lançamentos, nos próximos meses. Na senda da inauguração do novo espaço no Terreiro do Paço, ÀCosta by Olivier, a CARAS falou com o homem que conseguiu destacar-se no ramo da restauração. Muito trabalho, dedicação, capacidade de liderança e estar ao lado dos seus "soldados no campo de batalha" são, segundo ele, os grandes segredos do seu sucesso.

"Se as equipas não te respeitam e não te veem como um líder, é complicado que as coisas resultem."

– Tem atualmente 28 restaurantes bem-sucedidos espalhados pelo mundo. Como é que se chega a esse patamar?

Olivier da Costa – Há quem diga que é sorte, mas a sorte conquista-se. É com muito trabalho e dedicação. Neste momento, estou aqui a dar esta entrevista, mas, por exemplo, ontem à noite estive na cozinha, a despinhar peixe, servi à mesa, levantei pratos, não tenho complexos em fazer isso, antes pelo contrário, adoro.

– Não tem problemas em pôr a mão na massa, é isso?

– Não. E agora estou mesmo muito focado em fazer este ÀCosta brilhar. Quando abro um restaurante, nos primeiros dois meses há muito trabalho que implica a minha participação direta, mas com o tempo,

MICHELIN. QUERO FAZER BONS NEGÓCIOS"

É no coração da capital, na Avenida da Liberdade, que se situa o Seen

“Decidi correr uma maratona, quando comecei não sabia se conseguia chegar ao fim, mas neste momento faltam-me 10 km, estou à frente e os outros muito lá atrás.”

XXL, na Calçada da Estrela, em Lisboa

a máquina fica oleada. Delego as coisas na minha equipa, em quem tenho extrema confiança, porque é sempre o meu nome que está em jogo e o meu nome demorou 30 anos a fazer.

– Não se sente triste por não ter uma estrela Michelin, por exemplo?

– Sou contra as estrelas Michelin, porque não gosto de ir a um restaurante, ficar horas à mesa e comer coisinhas. A estrela Michelin é para dar ênfase ao *chef* e acho que o restaurante tem que dar ênfase ao cliente. Esse é sempre o meu princípio. Se eu quisesse ser artista, fazia esculturas ou pintava, não ia fazer pratos de comida. Eu sou comercial e assumo. Num restaurante quero que haja ambiente, quero ver gente bonita, quero

que as pessoas se produzam para vir aos meus espaços. Esse é o meu conceito.

– Acha que conseguiria abrir um restaurante que pudesse conquistar uma estrela Michelin?

– Claro, se eu quisesse faria um em 15 dias. Mas não quero estrelas Michelin, quero fazer bons negócios. E, felizmente, tenho o reconhecimento dos clientes, o que é espetacular.

– E isso deixa-o realizado.

– Isso e o facto de faturar 1 milhão de euros por mês. É o que fatura um Michelin em Portugal num ano. Se não tivesse boa comida, não conseguia ter esses números.

– Como é a sua relação com as pessoas com quem trabalha diretamente?

– Para mim são como família. Só assim pode funcionar. Os restaurantes funcionam pelas equipas, e se as equipas não te respeitam e não te veem como um líder, é complicado que as coisas resultem.

"Por norma, idealizo as minhas cartas em 20 minutos, é algo que me sai naturalmente. Mas os pratos estão sempre em afinação."

– Fale-nos um pouco do seu mais recente restaurante, o ÀCosta by Olivier.

– Estive numa festa dos anteriores donos. Olhei à minha volta e comecei logo a imaginar o que é que eu faria neste espaço, e pensei: alto, vai ser meu. Apresentei uma proposta e avançámos.

– Foi tudo muito rápido, portanto.

– Nos negócios, quando tens as oportunidades na mão, ou as sabes agarrar, ou não sabes. E eu acho que tenho sabido, porque nunca tive nenhum negócio que não me tivesse corrido bem. Decidi correr uma maratona, quando comecei não sabia se conseguia chegar ao fim, mas neste momento faltam-me 10 km, eu estou à frente e os outros estão muito lá atrás.

– Foi complicado definir a carta?

– Não, foi rápido. Por norma, idealizo as minhas cartas em 20 minutos, é algo que me sai naturalmente. Mas os pratos estão sempre em afinação, estamos sempre a tentar melhorar até chegar à perfeição. O ÀCosta é uma brincadeira com o meu nome e o que servimos que são, essencialmente, produtos da nossa costa. E há muitas coisas da minha infância: o *carpaccio* que o meu tio fazia, os carabineiros do meu avô, por exemplo. Há ainda pratos que fazemos questão estejam na carta por serem instagramáveis.

– É verdade, os seus restaurantes estão sempre a ser divulgados no Instagram por milhares de pessoas, muitas delas famosas.

– Sim, essa foi uma estratégia que criei há dez anos. Todos os dias tenho pessoas nos meus

restaurantes a partilhar coisas nas redes sociais.

– Tem algum prato preferido?

– Não tenho. O meu prato preferido é aquele que me apetece comer no momento da refeição. Pode ser um bife, um pica-pau, uma omelete de camarão. Só sirvo as coisas de que mais gosto de comer, exceto uma, que são ostras. Adorava quando era miúdo, mas tornei-me alérgico e não posso comer. A única parte em que não tenho uma participação ativa é no que diz respeito ao bar e à carta vinhos. Não bebo álcool, não gosto. Só bebo coca-cola, água e chá.

– Abriu este mais recente restaurante em junho e já no próximo mês vai ter outra inauguração, certo?

– Sim, é verdade, estamos a menos de 15 dias de abrir um novo espaço no sul. E tenho mais coisas a caminho, mais conceitos novos, mas não posso dizer nada, ainda. Nos próximos 12 meses, no mínimo, irão inaugurar mais quatro restaurantes em Portugal.

– Quais são as suas ambições, o que é que ainda quer fazer?

– Há 18 anos disse numa entrevista: "*Vou fazer bons restaurantes e o mundo é pequeno demais para mim.*" A afirmação mantém-se válida. Mas há quem pense que, porque digo isto, sou um convencido.

– E não é?

– Quem está ao pé de mim sabe que sou uma pessoa aberta e simpática. Sou perfeccionista, sim, admito, e exijo muito dos outros. Mas exijo ao lado deles, estou com os soldados no campo de batalha.

"Há 18 anos disse: 'Vou fazer bons restaurantes e o mundo é pequeno demais para mim'. A afirmação mantém-se válida."

– Qual é, então, o seu maior sonho?

– É ter um restaurante que esteja no *top* 10 da faturação mundial.

– Como é que acompanha o funcionamento dos restaurantes?

– Os de Lisboa, de muito perto. Todos os dias de manhã, depois de brincar com o meu bebé, de responder às mensagens, de fazer o meu treino, arranco para os restaurantes. Faço uma ronda nos daqui da zona. Uma vez por mês rodo os restaurantes de lá de fora, que são na Europa.

– Este ano vai ter tempo para ir de férias?

– Trabalhar para mim é estar de férias.

– Nunca põe o trabalho de lado?

– Não. Quero ser multimilionário. E não vai haver nada que me distraia disso.

O Yakuza, na capital, é um conceito vencedor

– Mas sem férias não consegue usufruir dos milhões, ou consegue?

– Consigo! Tenho bons relógios, tenho bons carros, gosto de viajar em avião privado, de alugar um barco e faço-o. Acho que tenho dado bom uso ao que ganho.

– A família não lhe cobra essa dedicação ao trabalho?

– Não, porque eles estão sempre comigo.

– Gostava que os seus filhos lhe seguissem as pisadas?

— Sim, mas para mim o mais importante é que façam alguma coisa. Só ser filho do Olivier não é profissão. Eu fui filho do **Michel** e fiz o meu caminho.

TEXTO: **ANA RITA SANTOS** FOTOS: **JOÃO LIMA**

Vinte e oito restaurantes. Mais de mil empregados. Um milhão de faturação por mês. Quase 30 anos de carreira. Estes são alguns dos números na equação do sucesso de Olivier da Costa.

"Quero ser multimilionário. E não vai haver nada que me distraia disso."

TAYLOR SWIFT PROVOCA EX-NAMORADO AO

A cantora partilhou o palco com o atual namorado num dos concertos que deu em Londres, onde vive o "ex"...

Pode tratar-se apenas de uma coincidência, mas conhecendo as mensagens subtis que **Taylor Swift** gosta de fazer passar tanto através das suas músicas como de alguns gestos e atitudes, tudo indica que o convite que fez a **Travis Kelce** para se juntar a ela em palco num dos três concertos que deu em Londres terá sido tudo menos inocente. A imagem do atleta americano, vestido de fraque e cartola alta, a tentar "despertar a sua bela adormecida" Taylor Swift ao som do tema *I Can Do It With A Broken Heart*, naturalmente surpreendeu os fãs, mas deixou no ar a suspeita de que se tratará de uma pequena "vingança" da cantora, de 34 anos, tendo em conta o *timing* e o local onde aconteceu. A ligação entre esse momento e o anterior relacionamento da cantora, com o ator britânico **Joe Alwyn**, a quem ela chamava de

CONVIDAR TRAVIS KELCE A SUBIR AO PALCO

London Boy, título de uma das canções do álbum *Lover*, não tardou, pois, a acontecer.

Swift e Alwyn namoraram durante mais de seis anos e a notícia de que o seu relacionamento tinha chegado ao fim foi divulgada em abril de 2023, acompanhada de rumores de traição por parte do ator. Em setembro do mesmo ano, a cantora norte-americana começou a namorar com Travis Kelce, jogador de futebol americano do Kansas City Chiefs, por quem agora parece estar perdidamente apaixonada. E Joe Alwyn, que entretanto tentou refazer a sua vida longe do mediatismo galático de Swift, acabou por ficar de novo sob os holofotes com a passagem da The Eras Tour pelo seu país. "*Espero que qualquer pessoa consiga ter empatia e compreender as dificuldades que advêm do fim de uma relação longa, com amor e empenho ao longo de mais de seis anos e meio*", disse Alwyn, de 33 anos, à revista *Sunday Times Style* no início deste mês, onde abordou, pela primeira vez, o fim do seu namoro com Taylor. "*É uma situação difícil de gerir*", admitiu o ator.

TEXTO: **CLÁUDIA ALEGRIA**
FOTOS: **GETTY IMAGES** E **@TALYORSWIFT**

PRINCESA DAS ASTÚRIAS FAZ PRIMEIRA

O nosso país foi o escolhido para a herdeira do trono espanhol fazer a primeira deslocação oficial ao estrangeiro. Uma viagem

Na abertura do novo ano parlamentar, no Congresso dos Deputados, em Madrid, ao lado do pai, o rei Felipe VI

Leonor de Espanha fez 18 anos em outubro último e desde essa altura que o seu papel enquanto herdeira do trono espanhol é cada vez mais relevante. Em cada ato público tem vindo a conquistar a confiança do povo, mostrando que estará à altura de defender a sua nação. Provou-o no dia em que atingiu a maioridade e em que jurou respeitar a Constituição quando afirmou: *"Peço que confiem em mim"*. E reforçou essa credibilidade quando, a propósito da celebração dos dez anos de reinado de **Felipe VI** e **Letizia**, a 19 de junho, ela e a irmã, a infanta **Sofía**, fizeram um discurso de agradecimento em que mostram estar bem cientes do seu papel: *"Obrigado por se juntarem a nós para lembrar que nestes dez anos aprendemos com os nossos pais o que significa o compromisso que nós quatro temos com todos os espanhóis."*

Leonor de Espanha vai ser recebida no Palácio de Belém pelo Presidente da República

Agora chegou a vez de a primogénita dos reis de Espanha fazer a sua primeira visita oficial ao estrangeiro. No dia 12 de julho, Leonor vai viajar para Portugal, onde vai ser recebida no Palácio de Belém por **Marcelo Rebelo de Sousa**. *"O programa desta visita terá um enfoque particular na proteção do ambiente e na conservação dos oceanos, temas prioritários para Portugal e Espanha"*, pode ler-se no comunicado divulgado pela Presidência da República. A mesma nota reforça que a escolha do nosso país como destino da primeira viagem oficial ao estrangeiro *"reflete e fortalece os laços de fraternidade e proximidade que unem os dois países"*. De recordar

Felipe VI e Marcelo Rebelo de Sousa, em julho de 2020

que fortalece "os laços de fraternidade e proximidade que unem os dois países", como se pode ler na nota divulgada pela Presidência.

que Portugal foi também o país escolhido por Felipe VI para fazer a sua primeira visita de Estado, em julho de 2014, depois de ter sido proclamado rei de Espanha. Regressou dois anos depois a convite de Marcelo para uma visita de Estado de três dias ao norte do país. E mais tarde, em 2020, voltou a encontrar-se com o Presidente da República em Elvas, numa cerimónia simbólica que marcou a reabertura das fronteiras entre Portugal e Espanha, três meses e meio depois de terem sido fechadas devido à crise sanitária.

Até ao dia em que estará em Portugal, a futura rainha, que terminou a primeira parte da formação militar no Exército [segue-se a Marinha e um ano depois a Força Aérea, antes de prosseguir os estudos universitários], está a desfrutar de uns dias de descanso em Jaca, Huesca, junto aos Pirinéus, onde foi vista com um grupo de amigos nas tradicionais festas da cidade,

"O programa terá um enfoque particular na proteção do ambiente e na conservação dos oceanos." (Presidência da República)

a dançar e a andar de carrinhos de choque. No entanto, as férias vão ser interrompidas já no início do mês, a 3 de julho, quando Leonor regressar à Academia Geral Militar de Saragoça para receber o título de dama alferes cadete. Dias depois, a 10, a herdeira ao trono espanhol vai estar em Lloret de Mar para presidir, pelo quinto ano consecutivo, aos Prémios Princesa de Girona, um dos seus títulos. Recorde-se que na última edição, Leonor fez aquele que foi considerado o seu primeiro discurso mais pessoal.

TEXTO: **CRISTIANA RODRIGUES** FOTOS: **GETTY IMAGES**

VISITA OFICIAL A PORTUGAL EM JULHO

ÁLBUM

LEONOR: 18 ANOS EM IMAGENS

A primeira fotografia oficial com os pais foi tirada oito dias depois de Leonor ter nascido, 7 de novembro de 2005

Ao colo da mãe, Letizia, nas férias de verão em Palma de Maiorca, 21 de julho de 2006

Aos 21 meses, a correr para os pais e avós – os reis Sofía e Juan Carlos – no dia do batizado da irmã, Sofía, 15 de julho de 2007

A caminhar com os pais a caminho do primeiro dia na creche, 15 de setembro de 2008

Com a irmã à entrada da missa pascal, 12 de abril de 2009

As irmãs prontas para felicitar a seleção espanhola que venceu o Mundial de Futebol, 12 de julho de 2010

FOTOS: GETTY IMAGES

A tradicional foto da família à saída da missa da Ressurreição em Palma de Maiorca, 8 de abril de 2012

A assistir, com a mãe, Letizia, à parada militar do Dia Nacional de Espanha, 12 de outubro de 2015

Com a irmã, a infanta Sofía, no Dia Nacional do seu país, 12 de outubro de 2016

Em Palma de Maiorca, à saída da missa da Páscoa, com a irmã e a avó, a rainha Sofía, 31 de março de 2013

No Dia Nacional de Espanha, 12 de outubro de 2018

ÁLBUM

LEONOR: 18 ANOS EM IMAGENS

Na abertura solene da 14.ª legislatura do Parlamento espanhol, 3 de fevereiro de 2020

FOTOS: GETTY IMAGES

Nos prémios da Fundação Princesa Girona, em Barcelona, 1 de julho de 2021

Com o pai no 10.º aniversário do Palácio de Congressos de Barcelona, 4 de novembro de 2019

O juramento de fidelidade à bandeira marcou o início de três anos de treino militar, 7 de outubro de 2023

Nas celebrações dos 10 anos de reinado do pai, Felipe VI, 19 de junho de 2024

A rainha Camilla, a imperatriz Masako, o imperador Naruhito e o rei Carlos III

HARMONIA E SORRISOS NA VISITA DOS IMPERADORES DO JAPÃO AO REINO UNIDO

Um cumprimento com boa-disposição entre o rei e o imperador

Carlos III e Camila receberam com simpatia o imperador Naruhito e a imperatriz Masako. A visita oficial dos chefes de Estado do Japão durou três dias e incluiu um desfile militar e um banquete.

Naquele que é um dos mais negros anos da história recente da família real britânica, a visita de Estado oficial dos imperadores do Japão ao Reino Unido veio trazer um pouco de luz e alegria aos membros da realeza, principalmente aos monarcas, **Carlos III** e **Camilla.** Em tratamentos contra um cancro, o rei mostrou-se extremamente bem-disposto durante os três dias da estada do imperador **Naruhito** e da imperatriz **Masako** – uma visita que deveria ter acontecido em 2020, mas que foi adiada devido à pandemia. O mesmo aconteceu com a rainha que em todos os momentos oficiais que marcaram este encontro esteve sempre sorridente e com um semblante leve. A expressão de entusiasmo era também visível no rosto de **William** que, a par dos reis, foi um dos anfitriões da visita. A mulher, **Kate Middleton**, que tal como o sogro também está a lutar contra uma doença do foro oncológico, não marcou presença, não acompanhando assim o príncipe de Gales como seria suposto. Foi precisamente William quem iniciou as cerimónias de acolhimento aos chefes de Estado nipónicos.

"Foi uma honra receber o imperador Naruhito e a imperatriz Masako do Japão no Reino Unido" (Palácio de Kensington)

A manhã do primeiro dia da visita começou com a receção do príncipe William no hotel onde o imperador e a imperatriz ficaram hospedados. *"Foi uma honra receber o imperador Naruhito e a imperatriz Masako do Japão no Reino Unido"*, escreveu o Palácio de Kensington, na legenda de uma fotografia de William ao lado dos imperadores. Verdadeiro cicerone, o filho mais velho

Depois do marido, foi a vez da imperatriz saudar Carlos III, sob o olhar atento de William

A par com os reis, o príncipe de Gales também foi um dos anfitriões da visita

Camilla e Masako partilharam a mesma carruagem até ao Palácio de Buckingham

Turistas japoneses e fãs da família real inundaram as ruas

Apesar do (incomum) sol intenso que se fez sentir nesse dia, centenas de pessoas saíram às ruas para saudar a família real e os imperadores. Muitas delas eram turistas japoneses que se encontravam na capital britânica e que não quiseram perder a oportunidade de ver e fotografar os imperadores do Japão.

Carlos III e da princesa **Diana** levou os imperadores para a cerimónia de boas-vindas na Horse Guards Parade, o grande pátio do Palácio de Whitehall. Para a ocasião, o príncipe usou uma gravata vermelha, uma das cores da bandeira japonesa, numa homenagem aos visitantes. Já o rei, que aguardava os imperadores do Japão no local, usou, como o protocolo exige, fraque e cartola preta. Ao seu lado estava Camilla, num elegante vestido branco de uma das suas estilistas de eleição, **Anna Valentine**, complementado com um chapéu do mestre **Philip Treacy**.

Seguiu-se a revista às tropas, feita pelo rei e pelo imperador, num dia em que o calor se fez sentir e o sol brilhou intensamente em Londres, o que não é comum. Foi, por isso, mais difícil para os soldados manterem as posições com os seus tradicionais uniformes vermelhos e chapéus pretos de pele de urso, enquanto os dois chefes de Estado passavam por eles. Sempre em clima de cumplicidade, Carlos III e Naruhito do Japão percorreram

À frente das mulheres, também num coche aberto, viajaram Carlos III e Naruhito

depois, num coche aberto, as ruas, decoradas com bandeiras japonesas e britânicas, até ao Palácio de Buckingham. O rei e o imperador conversaram e acenaram aos populares durante o percurso. Naruhito mostrou sentir-se em casa, sendo conhecida a sua proximidade à Grã-Bretanha, já que estudou na Universidade de Oxford, no início dos anos 1980, tal como Masako. Atrás deles, seguia uma outra carruagem, onde estavam a imperatriz e Camilla. A nipónica, tal como a rainha, também usou vestido branco e chapéu e, por ser alérgica ao pelo de cavalo, teve de usar uma máscara de proteção facial.

O programa desse dia incluiu, ainda, uma visita guiada à Abadia de Westminster e uma visita à coleção real para ver os objetos relacionados com o Japão, terminando com um banquete no Palácio de Buckingham, tendo Carlos III como anfitrião. Apesar da formalidade do momento, os monarcas mostraram-se, uma vez mais, próximos e animados.

Tal como o protocolo exigia, Camilla usou um alfinete de peito com a imagem do rei Carlos III. Em baixo desse, levou um outro, com o retrato de Isabel II e que estreou em 2007. A tiara escolhida é de 96 rubis, oferecidos pela Birmânia à falecida rainha em 1947 por ocasião do seu casamento.

O imperador e o rei, seguidos da imperatriz, da rainha e de William

O brinde entre os chefes de Estado durante o banquete

Durante o seu discurso, o rei falou das *"raízes profundas"* que unem o Japão e o Reino Unido. *"A nossa parceria continua a crescer e a florescer, a lançar novos rebentos e ramos"*, disse, incluindo algumas palavras em japonês. Já Naruhito recordou o período negro das Guerras Mundiais que afetaram *"a amizade entre os dois países"*. Os chefes de Estado selaram a sua união com um brinde. Ao seu lado estavam as respetivas mulheres cujas joias se destacaram. Masako usou uma das peças mais especiais da coleção do império, a tiara de crisântemos em diamantes, que só pode ser usada pela imperatriz, bem como a faixa da Ordem da Jarreteira, que lhe foi atribuída por Carlos III nesse mesmo dia. Já Camilla escolheu uma tiara histórica: os 96 rubis da peça foram oferecidos a **Isabel II** pela Birmânia por ocasião do casamento da rainha com o príncipe **Filipe**, em 1947. Além disso, e porque o protocolo assim

A embaixadora do Reino Unido no Japão, Julia Longbottom, e o duque de Edimburgo, Eduardo, seguidos por Sophie, duquesa de Edimburgo, e Hirofumi Nakasone, ministro dos Negócios Estrangeiros japonês

o exigia, estreou um alfinete de peito com o retrato do marido, que juntou a um outro com uma imagem da falecida sogra. Para este banquete, a rainha emprestou à duquesa de Edimburgo uma joia da sua coleção, a tiara de Lótus, que **Sophie** combinou com um vestido verde. Camilla e Masako usaram, ambas, vestidos brancos.

Sentados à mesa na sala decorada com flores dos jardins de Buckingham e Windsor, estavam cerca de 150 convidados e a ausência mais notada, além da de Kate Middleton, foi a da princesa **Ana,** que não compareceu às cerimónias por estar a recuperar de um acidente com um cavalo. Na ementa do jantar, destacou-se a entrada de lagostins escoceses, um *consommé* de tomate e filetes de pregado da Cornualha com manteiga de ervas. Para sobremesa, foi servido um original sorvete de pêssego.

TEXTO: **ANA RITA SANTOS** FOTOS: **GETTY IMAGES E D. R.**

A expressão de alegria de Carlos III marcou o momento

A despedida das duas famílias foi ainda mais calorosa do que o cumprimento de receção, mostrando que os reis britânicos e os imperadores japoneses se relacionaram bem durante os três dias da visita oficial. Camilla e Masako selaram o momento da partida com um beijinho e um abraço.

Veja mais notícias em caras.pt

LUCAS DUTRA E MADALENA ARAGÃO
Casal estará separado

Juntos desde junho de 2023, **Lucas Dutra**, de 24 anos, e **Madalena Aragão**, de 18, parecem estar separados. Apesar de a dupla de atores não ter confirmado oficialmente o fim do namoro, ambos apagaram as imagens que tinham em conjunto nas suas redes sociais. Madalena também esteve recentemente no Rock in Rio sem Lucas. O ator publicou recentemente imagens em França.

FOTO: JOSÉ OLIVEIRA

FOTOS: ARQUIVO E @PEDROGUEDESOFICIAL

KELLY BARON E PEDRO GUEDES
As primeiras imagens do filho, Miguel

Os empresários **Kelly Baron** e **Pedro Guedes** divulgaram fotografias captadas pouco depois do nascimento do primeiro filho. As imagens, a preto e branco, deixam em evidência o momento especial que o casal viveu, com a chegada de **Miguel**. *"A tua vinda ao mundo só mostrou o amor mais puro e infinito, não sabemos mais viver sem você. Estamos tão felizes, curtindo cada momento nós três"*, descreveram.

FAUSTO BORDALO DIAS
Cantor morre aos 75 anos

Morreu o cantor e compositor **Fausto Bordalo Dias** na madrugada de 1 de julho. Tinha 75 anos e uma obra musical vasta, que o torna um dos mais importantes nomes da música tradicional portuguesa, com uma carreira de mais de cinco décadas. Desde 2011, que o cantor não lançava novos álbuns, com o último trabalho discográfico, *Em Busca de Montanhas Azuis*, a ser divulgado em nesse ano.

FOTO: ARQUIVO

FOTO: MUSEU CARGALEIRO

MANUEL CARGALEIRO
Morreu o pintor e ceramista

Manuel Cargaleiro, pintor e ceramista, morreu aos 97 anos, no dia 30 de junho. A notícia foi divulgada pela Presidência da República, que partilhou uma nota de pesar de Marcelo Rebelo de Sousa, que condecorou Manuel Cargaleiro com a Grã-Cruz da Ordem do Infante D. Henrique, em 2017, e com a Grã-Cruz da Ordem de Camões, em 2023.

FOTO: @DETDANSKEKONGEHUS / KONGEHUSET

FREDERICO E MARY DA DINAMARCA

Viagem em família

Dias depois da celebração do fim do ensino secundário de **Christian**, o príncipe herdeiro, **Frederico** da Dinamarca viajou para a Gronelândia na companhia da mulher, a rainha **Mary,** e dos filhos mais novos, os príncipes **Josephine** e **Vincent**, de 13 anos, numa missão especial. No mar em redor de Qeqertarsuaq, os reis, em conjunto com os gémeos, inauguraram uma nova estação de som operada pela Estação do Ártico, que permitirá aos investigadores detetar mais fácil e rapidamente a presença de mamíferos marinhos na Baía de Disko.

FOTO: @PEDROFERNANDES_OFICIAL

MANUEL FERNANDES

O adeus ao antigo capitão do Sporting

Figura histórica do Sporting, **Manuel Fernandes**, na imagem ao lado do animador de rádio **Pedro Fernandes,** que tal como muitas outras figuras públicas lhe prestou homenagem, morreu dia 27 de junho, aos 73 anos. O antigo capitão dos "leões" estava internado, depois de ter sido operado, em maio, a um tumor. Fernandes esteve 12 épocas no Sporting, entre 1975 e 1987, tendo marcado 257 golos em 433 jogos e conquistado, com a camisola "verde e branca", dois campeonatos, duas Taças de Portugal e uma Supertaça de Portugal.

FOTO: GETTY IMAGES

KATY PERRY

Artista provocante num desfile em Paris

Conhecida pela sua irreverência, **Katy Perry** voltou a surpreender na Semana de Moda de Paris. A cantora americana marcou presença no desfile da Balenciaga para outono/inverno, surgindo com um visual ousado, que incluía uns *collants* bota pretos rasgados e casaco comprido de pelo a deixar o peito à vista. Para completar, óculos de sol no mesmo tom. Em breve, Perry iniciará uma nova digressão para promover o seu mais recente trabalho musical.

Um dispositivo de 21 mil polícias e guardas nacionais foi destacado para supervisionar as manifestações

FOTOS: GETTY IMAGES

Apoiantes da Nova Frente Popular (coligação de esquerda) manifestaram-se as ruas

REVOLUÇÃO FRANCESA

Milhares de manifestantes saíram à rua para protestar contra o crescente movimento de direita após a vitória do Rassemblement National na primeira volta das eleições gerais antecipadas em França. O partido encabeçado por **Marine Le Pen** obteve 33,15% dos votos, resultado que, apesar de estar longe de uma maioria absoluta, não deixa de causar alguma preocupação, sobretudo para quem teme que o crescimento de partidos extremistas na Europa possa colocar em causa os valores da democracia. A segunda volta das eleições francesas está marcada para o dia 7 de julho.

KENZO E MIA, FILHOS DE MÓNICA E RUBIM SEGUEM AS PISADAS DOS PAIS

Os dois adolescentes, de 14 e 12 anos, herdaram do casal de antigos manequins a paixão pelo mundo da moda.

"*Filho de peixe sabe nadar*", por isso não é de estranhar que os descendentes dos antigos manequins **Mónica Sofia** e **Rubim Fonseca** já se tenham estreado no mundo da moda. **Mia**, de 14 anos, e **Kenzo**, de 12, ainda não sabem por que área profissional vão enveredar, mas são ambos apaixonados pelas *passerelles* e sessões fotográficas. "*Eles já fazem trabalhos de modelo há algum tempo, inclusive alguns desfiles. Nós, inevitavelmente, acabámos por lhes passar o gosto que temos pela moda*", revelou Mónica, que não se coíbe de elogiar os filhos. "*Na minha opinião eles têm muito jeito e acredito que podem vir a ter uma carreira bonita, tal como o pai e eu tivemos*", disse.

"Na minha opinião eles têm muito jeito e podem vir a ter uma carreira bonita, como o pai e eu tivemos" (Mónica)

Porém, a prioridade são sempre os estudos. "*A escola está em primeiro lugar e, nesta fase, a moda é um* hobby *que podem aproveitar o que de melhor ela tem. Neste momento a Mia é agenciada pela Face Models e o Kenzo está na L'Agence*", contou. Como seria de esperar, os pais são quem melhor os aconselha sempre que têm dúvidas ou receios. "*Já estivemos na pele deles, eles sabem, e por isso pedem-nos dicas*", afirmou Mónica, que sente orgulho sempre que vê o trabalho dos herdeiros. "*É bom saber que temos filhos bonitos e talentosos e que, acima de tudo, são bons meninos*", disse.

TEXTO: **ANA RITA SANTOS** FOTO: **JOÃO LIMA**

60.º ANIVERSÁRIO

JUBILEU DE DIAMANTE

O grupo de hotéis Sofitel festejou o seu 60.º aniversário com um "cocktail dinatoire" no seu empreendimento na Avenida da Liberdade, em Lisboa. Várias figuras públicas fizeram questão de estar presentes na festa, que teve como anfitriã Maika Rodriguez, a diretora-geral da Sofitel. A comemoração contou com um número de dança, que impressionou os convidados.

Nuno Gama

A diretora-geral da Sofitel, Maika Rodriguez

FOTOS: JOÃO LIMA

Diamantino Martins e Helena Isabel

Um momento de bailado animou o "cocktail"

Nuno Eiró

Henrique Carvalho e Catarina Siqueira

CAMILA REBELO CONFIANTE

"SINTO QUE ESTOU A FAZER UM BOM EQUILÍBRIO ENTRE A NATAÇÃO E O CURSO DE MEDICINA"

Aos 21 anos, a nadadora portuguesa vai lutar por uma medalha nos Jogos Olímpicos Paris 2024.

Camila Rebelo já conquistou o seu lugar na história da natação portuguesa, mas tenciona continuar a lutar – ou, no seu caso, nadar – pelos seus sonhos, que parecem não ter limite. Com apenas 21 anos, a atleta é a atual detentora do recorde nacional de 200 metros costas e, há duas semanas, em Belgrado, alcançou o melhor resultado de sempre de uma nadadora portuguesa ao sagrar-se campeã europeia da mesma modalidade. Em contagem decrescente para os Jogos Olímpicos de Paris, onde irá representar Portugal, a nadadora natural de Vila Nova de Poiares diz ter a sorte de contar com uma boa rede de apoio que a tem ajudado a manter o foco e a tranquilidade nos momentos de maior desgaste. Os pais, os treinadores e o namorado, o nadador olímpico **Gabriel Lopes**, de 27 anos, fazem parte dela, segundo nos revelou Camila que, a par da carreira desportiva, tem conseguido prosseguir os seus estudos de forma notável, estando atualmente no 3.º ano do curso de Medicina na Universidade de Coimbra.

"Obviamente não tenho vida académica, não há borgas, como se costuma dizer. Sair à noite é muito raro, só mesmo no verão."

– Como é que se celebra uma qualificação para os Jogos Olímpicos?

Camila Rebelo – Consegui a marca para ir aos jogos no Open

de Espanha, em março do ano passado. Lembro-me que, quando cheguei à parede, fiquei quase sem reação. Desatei a rir. Foi um misto de emoções. A adrenalina foi tão grande que quase nem consegui dormir à noite.

– Quando é que este sonho se começou a desenhar?

– Ir aos Jogos Olímpicos é naturalmente o sonho de qualquer atleta federado, mas a minha carreira foi evoluindo de forma gradual...

– Com que idade começou a nadar?

– Entrei na natação aos 2 anos, porque na zona onde vivo há muitos rios e os meus pais achavam essencial aprender a nadar. Dizem que na altura fazia birras porque nunca queria sair da piscina

"Ir aos Jogos Olímpicos é naturalmente o sonho de qualquer atleta federado."

Camila Rebelo namora há um ano com o nadador Gabriel Lopes, de 27 anos, que representou Portugal na última edição dos Jogos Olímpicos, que se realizaram em Tóquio.

quando terminavam as aulas. Aos 8 anos, o meu treinador sugeriu começar a competir e estava nos infantis quando fui campeã nacional pela primeira vez.

– Atualmente tem treinos bidiários. Deve saber exatamente quantos azulejos tem a piscina onde nada…

– [risos] Quase.

– Consegue lidar bem com a pressão nos momentos fulcrais, quando precisa de dar o seu melhor, ou, pelo contrário, tem alguma dificuldade em conseguir ultrapassar essa pressão que está sempre presente?

– Confesso que, em tempos, passei mal com essa pressão, sobretudo em competições internacionais. Fazia disso um bicho de sete cabeças. Com o passar dos anos, e depois de ter procurado ajuda psicológica, comecei a ganhar rotinas e a perceber o que posso fazer nessas ocasiões.

– Deram-lhe ferramentas que a ajudassem a lidar com os momentos de tensão?

"O principal conselho que o meu namorado me tem dado é encarar os Jogos Olímpicos como mais uma competição e não 'a' competição."

– Exatamente. A conquista de resultados também me ajuda a ter essa noção de que posso fazer frente às minhas adversárias. Só tenho de me sentir confiante por já ter trabalhado o suficiente para estar ali e desfrutar do momento.

– Como é que consegue equilibrar duas coisas tão exigentes como os treinos de alta competição e um curso de medicina?

– Acho que a palavra-chave é organização. Desde pequena que treino muitas horas, portanto sempre precisei de ser organizada. Obviamente que nunca consigo ir a todas as aulas. Tento ir às obrigatórias embora, por vezes, nem a essas consigo ir por estar fora, mas temos sempre ferramentas que os professores vão disponibilizando nas plataformas e que me permitem estudar a parte teórica em casa. O meu treino começa às 7 da manhã e acaba às 9 e meia, depois preciso de descansar porque acordei demasiado cedo, e a seguir faço treino de ginásio. Só consigo ir às aulas no final da tarde, que é quando há as práticas e obrigatórias. Como os primeiros anos de medicina são muito teóricos, e sou uma pessoa que tem alguma facilidade em memorizar, consegui fazer os dois primeiros anos no tempo normal. Falta-me apenas uma cadeira. O terceiro ano já é pré-clínico, já tenho de ir mais ao hospital e preciso, obviamente, de estar muito mais presente. Por isso, decidi dividir as disciplinas e fazer o terceiro ano em dois anos, para que este segundo semestre fosse um pouco mais leve, já que é um ano importante em termos desportivos. Não vou estar tão focada no estudo, mas sinto que estou a fazer um bom

Natural de Vila Nova de Poiares, no distrito de Coimbra, a atleta tem conciliado os treinos e competições com

equilíbrio. Estou a gostar muito do curso e acho que é essencial ter um plano B, porque não sei o que é que pode acontecer daqui para a frente. Mesmo que faça o curso em dez ou 12 anos, não me importo, porque sei que vou ter alguma coisa para fazer depois.

– Esse é um dos problemas que os atletas enfrentam. O tempo que dedicam aos treinos impede, muitas vezes, de prosseguirem os estudos.

– E às vezes também não há flexibilidade entre universidades e atletas, e acabamos por desistir da universidade porque passamos muito tempo fora…

– Porque a carreira de atleta tem um "timing"?

– Exatamente. A minha carreira, enquanto nadadora, vai acabar por volta dos 30 anos. Se for contar os meses que estou fora num ano letivo, é quase metade, é muito tempo. E às vezes até calha na altura dos exames e das avaliações. Se não houver flexibilidade por parte das universidades, muitos atletas acabam por desistir ou nem começar a estudar porque é preciso abdicar de muita coisa.

"A minha carreira, enquanto nadadora, vai acabar por volta dos 30 anos."

– O que é que tem sido mais difícil abdicar?

– Obviamente não tenho vida académica, não há borgas, como se costuma dizer. Sair à noite é muito raro, só mesmo no verão. Às vezes sinto falta de estar mais tempo com os amigos com quem cresci. Chego a estar quatro meses sem os ver. Posso até estar em Portugal, mas com treinos durante a semana e competições ao fim de semana, acabo por não ter tempo para estar um bocadinho com eles. Até ter tempo para a família é difícil, porque chego a casa às 8 da noite, janto e vou para cama porque no outro dia tenho de acordar às 6 da manhã.

– O que é que a mantém

a frequência das aulas de Medicina na Universidade de Coimbra, estando atualmente no 3.º ano do curso.

motivada nos dias em que não lhe apetece entrar na piscina?

– Felizmente até agora tenho tido bons resultados, o que me ajuda a encarar os piores dias da melhor maneira. Obviamente que, às vezes, acabo um treino ou uma competição a chorar ou triste por não ter conseguido alcançar algum objetivo, mas tento pensar sempre que fiz tudo o que estava ao meu alcance.

– Que conselho daria a jovens nadadoras que gostassem de seguir os seus passos?

– Que vão ter que abdicar de muita coisa, que tem que haver espírito de sacrifício, mas que as amizades que conseguimos fazer no meio, e até algumas habilidades que vamos adquirindo, como estar focado e ser organizado, são coisas positivas que também ganhamos com o desporto.

"Com treinos durante a semana e competições ao fim de semana, acabo por não ter muito tempo para estar com amigos e família."

– Se pudesse treinar ao lado de um nadador olímpico conhecido, quem escolheria?

– Gostava muito de nadar com uma das duas melhores costistas da atualidade, a australiana **Kylie McKeown,** e a americana **Regan Smith**. Já nadei com elas em competição, mas gostava de observar a maneira como estão no treino.

– O seu namorado já competiu em duas edições de Jogos Olímpicos. Já lhe deu alguma dica?

– Sim, sobretudo estar descontraída e encarar os Jogos Olímpicos como mais uma competição e não "a" competição. Esse é o principal conselho que ele me tem dado, não levar isso muito a peito. ●

TEXTO: **CLÁUDIA ALEGRIA** FOTOS: **JOÃO LIMA**
MAQUILHAGEM: **INÊS MATOS**
"STYLING": **PATRÍCIA PINTO**

Agradecemos a colaboração de **Hotel Vila Galé Collection Palácio dos Arcos**

"Em tempos, passei mal com essa pressão. Depois de ter procurado ajuda psicológica, comecei a ganhar rotinas e a perceber o que posso fazer nessas ocasiões."

CARAS HORÓSCOPO

por Paulo Cardoso

CARNEIRO

(21/3 A 20/4)

Com Vénus a transitar pela sua Casa IV, terá uma enorme necessidade de se interiorizar para se conhecer melhor. Vai analisar profundamente as suas atitudes, sentimentos, emoções, vai-se aperceber do que o mundo exterior espera de si e daquilo que você pode dar. Será uma altura virada para a família e sentir-se-á bem em casa.

TOURO

(21/4 A 21/5)

Sente-se com grande capacidade de iniciativa e com grande desejo de começar coisas novas. Sente-se atraído por tudo o que envolva conquista, luta ou mesmo algum risco. Poderá surgir uma paixão repentina por uma pessoa ou por uma situação. Se canalizar essa energia para o campo profissional, poderá obter bons resultados.

GÉMEOS

(22/5 A 21/6)

Os seus valores, tanto de ordem moral como material, estarão, neste período mais evidenciados. Poderá, assim, concretizar alguns projetos que tem vindo a idealizar nos últimos tempos. Uma vez que há fortes probabilidades de obter bons resultados de ordem financeira, não são de excluir também os investimentos ou aplicações.

CARANGUEJO

(22/6 A 22/7)

Durante este período terá boas relações com os amigos e a família. A sua personalidade vai tornar-se irradiante e cheia de charme, mas estará mais dependente do que os outros pensam de si. O convívio com os outros ser-lhe-á muito gratificante, pelo que deverá aproveitar todas as oportunidades para estar com os amigos.

LEÃO

(23/7 A 23/8)

Ao longo deste período, vai sentir uma grande necessidade de ajudar os outros, de se envolver em causas humanitárias. Poderá também oferecer-se para tratar de algum familiar doente pelo simples prazer de poder ser útil e ajudar. O seu espírito humanitário poderá induzir algumas decisões precipitadas que deverá evitar.

VIRGEM

(24/8 A 23/9)

A sua relação com o grupo, com o mundo dos amigos e na esfera social poderá melhorar nesta altura. Envolva os outros nas ações e projetos que quer ver desenvolvidos e analise depois as pessoas com quem se relaciona e verificará que são um desdobramento de si. Nesta fase, os projetos pessoais poderão ser para si da maior importância.

BALANÇA

(24/9 A 23/10)

Marte transita na Casa VIII e fará com que ocorram mudanças, sobretudo em termos profissionais. Estas transformações são positivas e, num futuro próximo, trarão benefícios aos planos que tinha estipulado. Em relação às suas emoções, estas estarão num período de grande intensidade. Estará numa fase de grande perspicácia intelectual.

ESCORPIÃO

(24/10 A 22/11)

Terá nesta altura a possibilidade de se relacionar com pessoas interessantes e que vão trazer novas perspetivas para a sua vida. Poderá aumentar os seus conhecimentos e abrir horizontes através da leitura, viagens ou atividades intelectuais. Sentirá mais vontade de saborear os prazeres da vida do que trabalhar.

SAGITÁRIO

(23/11 A 21/12)

Este é um momento muito propício a algumas mudanças. É o fim de um ciclo e o começo de um outro. É um período em que podem acontecer várias transformações sobretudo a nível psicológico. Estas alterações podem ser interiores ou exteriores, isto é, vêm de dentro de si ou surgem através de fatores externos.

CAPRICÓRNIO

(22/12 A 20/1)

Durante este período as suas relações pessoais serão da maior importância, havendo a preocupação da sua parte em retribuir o apoio e compreensão que lhe têm demonstrado. Esta altura também é excelente para participar em atividades sociais, ir a concertos, espetáculos na companhia de amigos ou familiares.

AQUÁRIO

(21/1 A 19/2)

Sente necessidade de organização na realização do seu trabalho e das atividades diárias. Terá vontade de agir, pelo que deverá aproveitar este momento para dar andamento a assuntos cujo fim tem vindo a ser protelado. Para melhorar o seu bem-estar físico, faça exercício e corte com o que lhe pode prejudicar a saúde

PEIXES

(20/2 A 20/3)

Neste momento vai-se sentir com um espírito mais jovem. Vai voltar às memórias da infância e lembrar-se de alguns episódios da sua juventude. Período em que terá melhor relacionamento com as crianças. Boa altura para fazer um exercício de introspeção, pois a Casa V é a Casa do nosso conhecimento mais profundo.

HORIZONTAIS

1. Catarina Duarte: "Deixei de lado uma carreira na televisão para me dedicar às (…)". 6. Radiodifusão Britânica (sigla). 8. Lanço retilíneo de estrada. 11. Designa várias relações (prep.). 14. Almirante (abrev.). 15. Fazer eivas ou manchas em. 16. Desgastar, friccionando ou roçando. 17. Camada gordurosa do leite. 18. Diz-se de uma variedade de maçã. 21. Proprietário de roças. 23. Apertar com nó ou laçada. 24. Trejeito de rosto. 25. Prosseguir após interrupção. 27. Fugir alucinadamente. 29. Estrondear. 31. Estatuto privilegiado. 32. Desejo de dormir. 34. Vestir-se com traje que descubra o colo, os ombros, as costas. 37. Falta de forças. 39. Derramou lágrimas. 41. Redução de neoplasma. 42. Área Metropolitana do Porto (sigla). 43. Redução de tricampeão. 44. Altitude (abrev.). 45. Césio (s. q.). 46. Estação de Tratamento de Águas Residuais (sigla). 47. Cabelo raro e delgado. 49. Conjunto das plantas de uma região. 50. Tumor seroso que cede à pressão dos dedos. 52. Contr. da prep. em com o art. indef. um. 53. Vivenda. 55. Sensível, melindroso. 58. Observar. 59. Traja. 60. Designa admiração, cansaço (interj.). 63. Espécie de serpente venenosa das regiões tropicais, cujo pescoço se dilata, quando o animal se enfurece. 64. Deuses protetores do lar e da família, entre os antigos Romanos. 68. Tiritar. 70. Loisa. 72. Forma apocopada de muito. 73. Estrábico. 76. Une. 77. Flexão feminina de ele. 78. Começar a despontar no horizonte. 80. Causar ódio, mágoa, rancor em alguém ou em si mesmo. 81. Perito na descoberta das nascentes de águas. 82. A parte do teatro onde representam os atores, palco. 84. Platina (s. q.). 85. Unidade binária de quantidade de informação. 86. Taberna ordinária, tasca. 87. Relativo ou pertencente aos Hacos. 88. Mamífero cetáceo muito voraz. 89. Ímpio. 91. Díodo semicondutor que emite luz quando uma corrente elétrica passa por ele (ing.). 92. Unidade de medida agrária equivalente ao decâmetro quadrado. 93. Altar gentílico onde se faziam os sacrifícios. 94. Administrar. 95. Bailado, dança.

VERTICAIS

1. Baqueta com que se percute o tambor. 2. Incólume. 3. Colega. 4. Redução de internet (palavra inglesa). 5. Fechar (as asas) para descer mais rapidamente. 6. Carocha. 7. Desabrochar. 8. Nome próprio masculino. 9. Terreiro. 10. Cuecas de homem. 11. Classe dos patrões. 12. Base aérea portuguesa. 13. Que não é abundante. 16. Embriaguez (pop.). 17. Sinal gráfico que caracteriza cada um dos quatro grupos das cartas de jogar. 19. Planta da família das valerianáceas, cuja flor é muito aromática. 20. Érbio (s. q.). 22. Centro de Atendimento a Toxicodependentes (sigla). 26. Estrofe (abrev.). 28. Rasgado. 30. Ecologia (abrev.). 33. Escrever em versos rimados. 35. Período. 36. Faculdade de ouvir. 37. Quadril. 38. Agrada. 39. Aquele a quem se deve dinheiro. 40. Prefixo de origem grega que significa muito, em alto grau. 43. Qualquer carruagem. 46. Antiga armadura para a cabeça. 48. Estimavas. 49. Aspirar e expirar o fumo de. 51. Estar presente (fig.). 52. Neste momento. 54. Raiva. 55. Mulo. 56. Pessoa de grande talento ou importância (fig.). 57. Respiração acelerada, ruidosa ou difícil. 61. Planta marantácea. 62. Seta. 63. Diferença leve ou pequena. 64. Satélite natural da Terra. 65. Sistema de segurança que utiliza essas bolsas de ar (ing.). 66. Deixar de fazer algo. 67. Ter a natureza de. 69. Escolher por meio de voto. 71. Impregnar de uma substância oleosa. 72. Carapuça (prov.). 74. Ter conhecimento. 75. Ave pernalta, da família dos cultrirrostros. 79. Meter cavalgaduras aos varais da carruagem. 81. Pelo ou lã de carneiro, ovelha ou cordeiro. 83. Contr. da prep. a com o art. def. o. 90. Planta liliácea da China.

SOLUÇÃO DO NÚMERO ANTERIOR

MANUAL DE ETIQUETA

CRÓNICAS DOS BONS COSTUMES

Maria Olímpia Simões usou o seu "grito de guerra" como título do livro que acaba de lançar: "Bora Bora – Etiqueta". São 100 crónicas sobre o uso de práticas cerimoniosas que todos devemos saber. 10% das receitas das vendas da obra revertem a favor da Casa dos Marcos, o maior projeto da Raríssimas – Associação Nacional de Deficiências Mentais e Raras, situada na Moita.

FOTOS: LUÍS COELHO

A autora do livro, Maria Olímpia Simões

Lúcia Abril, Maria Olímpia Simões e Virgílio Seco

Maria José Correia e Raquel Loureiro

Cláudia Fernandes e José Beleza

João Rôlo e Teresa Pinto

Edite Botelho e Carlos Paço d'Arcos

Júlio Quaresma com Maria Olímpia Simões

Ana Paula Almeida

Manuela Couto

Ana Catarina Afonso

António Ponces de Carvalho

A autora ladeada por Manuel e Helena Abecassis

CARAS MODA

Mais sugestões em caras.pt

Inspiração náutica

COORDENAÇÃO: CRISTIANA RODRIGUES
FOTOS: ALL ABOUT FASHION E CEDIDAS PELAS MARCAS

Veja mais propostas em caras.pt

1. **"T-shirt"** em algodão, Dolce & Gabbana, €495 **2.** **Brinco** em prata esterlina dourada, True Rocks, em farfetch.com, €260 cada **3.** **Calças** de cintura subida e elástica, Zara, €19,99 **4.** **Fato de banho** com alças ajustáveis, Ralph Lauren, €229 **5.** **Polo** de manga à cava, Quebramar, €33,60 **6.** **Relógio** com bracelete em material reciclado, Lacoste, na Boutique dos Relógios, €199 **7.** **Camisa** "oversize", Zara, €17,99 **8.** **Saco** de ombro com estampado às riscas e detalhe de desenho do Snoopy, Women'secret, €15,99 **9.** **Chinelos** com acabamento de veludo nas tiras, Dolce & Gabbana x Havaianas, €120 **10.** **Vestido** camiseiro, Max Mara, €309 **11.** **Polo** de manga curta, Gucci, €690 **12.** **Pendente** mini com revestimento em ouro 14 k e pedras brilhantes, Pandora, €39 **13.** **Carteira** em pele, Lacoste, €101 **14.** **Saia** em malha, Zara, €9,99 **15.** **Casaco** em malha, Zara, €12,99 **16.** **Chapéu** em ráfia, Miu Miu, €510 **17.** **Calças** em cupro (material "eco-friendly" e sustentável), Lion of Porches x Paatiff, €179,99

CARAS BELEZA

Tutti frutti

COORDENAÇÃO: CRISTIANA RODRIGUES
FOTOS: CEDIDAS PELAS MARCAS

1

2

3

4

5

6

7

8

O mundo da cosmética já se rendeu ao poder dos frutos. Estes são alguns dos produtos que os têm na sua composição.

9

10

1. Perfume floral e frutado, Coach Love, Coach, na Perfumes & Companhia, €114 (90 ml) **2. Creme** corporal nutritivo, Sol de Janeiro, na Sephora, €21,99 **3. Sérum** anti-imperfeições, €21,90, e creme que reduz visivelmente as borbulhas localizadas, €11,90, da gama Vinopure da Caudalie **4. "Stick"** labial, €6,99, e creme de mãos, €9,80, Sweet Lemon, Nuxe **5. Creme** de olhos "vegan" que corrige e revitaliza as áreas dos olhos cansados, €39,99, e sérum multivitamínico reforçado com colagénio, €54,99, Ole Henriksen, na Sephora **6. Esfoliante** purificante com 100% de açúcares de origem natural, L'Oréal Paris, na Pluricosmetica, €5,99 **7. Batom** que hidrata e dá brilho aos lábios até 24 horas, Yves Saint Laurent, €42,99 **8. Óleo** desmaquilhante 100% natural, Freshly Cosmetics, €18,95 **9. Creme** que ajuda a matificar e a reduzir visivelmente o aspeto brilhante, Re-Boost Matte, Clarins, €30 **10. Sérum** para as peles jovens, enriquecido com zinco e ácidos glicólico e salicílico que contribui para um efeito pele nova, Pure-Reset, Clarins, €34,50

OS PREÇOS INDICADOS SÃO APROXIMADOS

COORDENAÇÃO: CARLA MARTINS COSTA
FOTOS: D.R.

Consulte mais destinos na rubrica "De Mala Feita" em caras.pt

AlmaLusa Comporta • Entre o campo e o mar

Num cenário idílico, a 15 minutos a pé dos extensos areais das mais deslumbrantes praias do litoral alentejano e junto aos campos de arroz, nasce o AlmaLusa Comporta, que convida a dias de puro descanso na natureza e à descoberta de um destino incomparável, banhado por mar de um lado e pelo Rio Sado do outro.
Com 53 quartos, dos quais 31 suítes, em que se optou por uma decoração inspirada na atmosfera descontraída e estilo de vida *boho chic*, característicos da região, esta unidade hoteleira não descurou a envolvência dos hóspedes com a natureza. Quer optem por um quarto com jardim privativo, quer prefiram ficar numa das suítes com vista para os campos de arroz, a experiência será sempre memorável.
Paisagem deslumbrante é também aquela que se apresenta no The RoofTop Bar, onde entre mergulhos na piscina exterior se pode desfrutar de refeições confecionadas com os melhores produtos regionais e bebidas preparadas com ingredientes naturais.
Ao fim do dia, porque não experimentar uma dos vários tratamentos disponíveis no Spa Suite? No topo da ala hotel, com os campos de arroz como pano de fundo, também se pode conectar corpo e mente numa das aulas de *wellness* individuais ou de grupo.
E para alternar com a praia e piscina nada como marcar passeios e novas experiências. É imprescindível a ida ao Cais Palafítico, situado na Carrasqueira, e uma visita ao centro da aldeia, onde há várias lojas para explorar. Também é possível observar golfinhos, ter aulas de *surf*, jogar *golf* ou passear a cavalo junto ao mar.

Recanto para viver ao ar livre

COORDENAÇÃO: **ESMERALDA COSTA**
FOTOS: **CEDIDAS PELAS MARCAS**

1

Crie um espaço versátil e acolhedor, proporcionando conforto e bem-estar a todos os que o visitam.

9

10

11

1. Mesa de jardim redonda para 4 pessoas, em eucalipto e resina reciclada, na Maisons du Monde, €799 **2. Ambiente** com propostas à venda em svenskttenn.com **3. Prato** em grés, na Alba Interiors, €23,90 **4. Taça** em vidro martelado, na Aqui à Volta, €21,90 **5. Jarra** com pegas, em grés, na Conceitos Tranquilos, €21,90 **6. Vaso** em grés, na Monde Design, €23,90 **7. Chávena** em grés, na Rice, €10,90 **8. Travessa** em grés, Simple Taste Interiores, €13,90 **9. Cadeira** de jardim, em metal, na Almancil 4 Decorações, €219 **10. Candeeiro** de mesa, base em grés e abajur em tecido, na Pura Cal, €115 **11. Jarra** em grés, na By Miki Welsh, €19,90 **12. Mesa** de apoio, com pega, mede 38 cm, no Ikea, €35 **13. Sofá** de dois lugares, em "poliratan" e estrutura em metal, na Cê Lá Vi, €399

OS PREÇOS INDICADOS SÃO APROXIMADOS

2
3
4
5
6
7
8
12
13
Veja mais
propostas
em caras.pt

COORDENAÇÃO: LÁUDIA ALEGRIA
FOTOS: MANU MMERMANS

Moqueca vegana

Ingredientes

- 2 bananas pão maduras
- 1 cebola pequena picada
- 1/2 pimento vermelho picado
- 1/2 pimento amarelo picado
- 1/2 pimento laranja picado
- 1 tomate pequeno sem pele e bem picado
- 3 dentes de alho picados
- 30 g de gengibre ralado
- 30 g de castanha do Brasil bem picada
- 500 ml de leite de coco
- 50 ml de azeite
- 20 ml azeite de óleo de palma
- Sal e pimenta preta q. b.
- 30 g de salsa picada
- 20 g de coentros picados
- 20 g de cebolinha picada

Para o arroz de coco:

- 50 g de coco laminado
- 150 g de arroz basmati cozido
- 100 ml de leite de coco
- 30 ml de azeite

Para o molho picante com camarão:

- 1 malagueta
- 1 colher dos temperos do fundo da moqueca (retirar quando estiverem dourados)
- 1 tomate pequeno sem pele e bem picado
- 30 ml de azeite

Preparação

Moqueca: aquecer o azeite e alourar a cebola, o alho, os pimentos, o gengibre e os tomates. Juntar as bananas e selar dos dois lados. Temperar com sal e pimenta. Juntar o óleo de palma, a castanha e o leite de coco. Deixar cozinhar até que as bananas fiquem macias. Acrescentar as ervas e tapar a panela durante uns segundos antes de servir.
Arroz de coco: aquecer o azeite e dourar o coco. Separar uma parte do coco para decorar. Juntar o arroz cozinhado e o leite de coco. Mexer até que tudo esteja bem quente e cremoso.
Molho de pimenta: aquecer o azeite e juntar a pimenta e um pouco do preparado de moqueca. Juntar os tomates e deixar encorpar.

Pica-pau de camarão

por "chef" Natacha Fink
Restaurante Palaphita Cascais

Ingredientes

- 200 g de camarão descascado
- 20 ml azeite
- Sal e pimenta q. b.
- Paprica q. b.
- 30 g de alho picado
- 30 ml de vinho branco
- 30 ml de sumo de laranja
- 4 batatinhas cozidas e douradas em azeite
- Rúcula selvagem q. b.
- Molhos a gosto (compota agridoce de abacaxi ou maionese de manjericão)

Preparação

Temperar os camarões com sal, paprica e pimenta. Dar um murro nas batatas pré-cozidas e passar por azeite numa frigideira até que fiquem bem douradas. Aquecer um fio de azeite com o alho e selar os camarões dos dois lados. Juntar as batatas, acrescentar o vinho branco e, logo de seguida, o sumo de laranja. Deixar reduzir durante cerca de um minuto. Empratar colocando primeiro as batatas, por cima destas os camarões, e ao lado a rúcula e os molhos.

Veja mais receitas em caras.pt

COORDENAÇÃO: **CLÁUDIA ALEGRIA**
FOTOS: **CEDIDAS PELAS MARCAS**

1. Protetor solar para pele mista e oleosa, Photoderm Nude Touch SPF50+, Bioderma, €24,95 (40 ml) **2. Protetor** solar em *stick* Ringana Fresh (125 ml), €46,10 **3. Sérum** Concentrado Antimanchas Poder Dinâmico de Uva, Dvine, €34,99 (30 ml) **4. Fato de Banho** desenhado por Cláudia Vieira para a Latitid, €130 **5. Brincos** argolas em ouro amarelo, coleção Love Fizz da marca de joalharia portuguesa Rosekey, €1.750 **6. Vinho** Casa de Santar Reserva Rosé 2022, €15,75 **7. "Eau de Toilette"** Light Blue Summer Vibes para homem, €129 (125 ml) e para mulher, €133 (100 ml), ambos Dolce & Gabbana **8. Kiwi** variedade Green, proveniente da Nova Zelândia, Zespri, €3,29 (500 g) **9. Calções de banho** Mr. Blue, €35,99 **10. Anel** em liga com revestimento de ouro 14K e pérolas de cultura, Pandora, €119 **11. Pulseira** banhada a ouro com contas de vidro artesanal, coleção Essence of Life, Trollbeads, €530

OS PREÇOS INDICADOS SÃO APROXIMADOS

Editora: TRUST IN NEWS, UNIPESSOAL, L.DA

Sede: Rua da Fonte da Caspolima – Quinta da Fonte
Edifício Fernão de Magalhães, 8, 8A e 8B, 2770-190 Paço de Arcos
NIPC: 514674520

Gerência da TRUST IN NEWS: Luís Delgado, Cláudia Serra Campos, Filipe Passadouro

Composição do Capital da TRUST IN NEWS: 10.000 euros
Principal acionista: Luís Delgado (100%)

CARAS

Proprietário: Grupo Perfil Inversora, S.A.

Diretor: Carlos Maciel cmaciel@caras.pt
Diretora Adjunta: Ana Rita Santos arsantos@trustinnews.pt
Diretora de Arte: Alexandra Belmonte abelmonte@trustinnews.pt
Editoras: Ana Paula Homem ahomem@caras.pt
e Cristiana Rodrigues crodrigues@caras.pt
Redação: Carla Martins Costa cmcosta@caras.pt
e Cláudia Alegria calegria@caras.pt
Fotografia: João Lemos (Subeditor) jlemos@caras.pt,
João Lima jlima@caras.pt e Luís Coelho lcoelho@trustinnews.pt
Gestor de Conteúdos Digitais e Internacionais:
Jorge Gonçalves jfgoncalves@caras.pt
Assistente Editorial: Maria João Bogarim mjbogarim@caras.pt
Arte: Carla Mendes (Coordenadora) csmendes@caras.pt,
Gonçalo Tenreiro gtenreiro@caras.pt e Rute Luís rluis@caras.pt
Online: Evelise Moutinho (Jornalista) e Jorge Verdasca (Multimédia)
Colaboradora: Andreia Cardinali
Redação, Administração e Serviços Comerciais:
Avenida Jacques Delors, Edifício Inovação 3.1– Espaço nº 511/512,
2740 - 122 Porto Salvo - Tel.: 218 705 000 Fax: 218 705 001
MARKETING e PUBLICIDADE:
Vânia Delgado (Diretora Comercial e Marketing) vdelgado@trustinnews.pt
Publicidade: Telefone: 218 705 000 (Lisboa)
Sofia Cruz (Diretora Coordenadora de Publicidade) scruz@trustinnews.pt
Daniela Pereira (Gestora de Marca) dpereira@trustinnews.pt
Elsa Tomé (Gestora de Marca) etome@trustinnews.pt
Florbela Figueiras (Assistente Comercial Lisboa) ffigueiras@trustinnews.pt
Elisabete Anacleto (Assistente Comercial Lisboa) eanacleto@trustinnews.pt
Delegação Norte:
Margarida Vasconcelos (Gestora de Marca)
Telefone: 910 624 328 mvasconcelos@trustinnews.pt
Carla Dinis (Assistente Comercial Porto)
Telefone: 910 869 833 – cmdinis@trustinnews.pt
Marketing: Marta Emídio (Gestora de Marca)
memidio@trustinnews.pt
Coordenadora de Branded Content:
Carolina Almeida cmalmeida@trustinnews.pt
Digital e Parcerias: Hugo Lourenço Furão (Coordenador) hfurao@trustinnews.pt
Tecnologias de Informação: João Mendes (Diretor)
Produção e Circulação: Vasco Fernandez (Diretor),
Pedro Guilhermino (Coordenador de Produção),
Nuno Carvalho, Nuno Gonçalves e Paulo Duarte (Produtores),
Isabel Anton (Coordenadora de Circulação)
Assinaturas: Helena Matoso (Coordenadora de assinaturas).
Serviço de apoio ao cliente: Tel.: 21 870 50 50 (Dias úteis das 9h às 19h)
Impressão: Lisgráfica – Estrada de São Marcos nº27,
S. Marcos, 2735-521 Cacém
Distribuição: VASP - MLP, Media Logistics Park, Quinta do Grajal
- Venda Seca, 2739-511 Agualva-Cacém Tel.: 214 337 000
Pontos de Venda: contactcenter@vasp.pt - Tel.: 808 206 545
Fax: 808 206 133
Tiragem média de mês de junho: 14.325 exemplares
Registo na ERC com o n.º 118 874, de 07/04/95
Depósito Legal n.º 92001/95 - ISSN n.º 0874 - 047X
CARAS é publicada sob licença do Grupo Perfil Inversora, S. A.

Estatuto editorial disponível em
http://www.caras.pt/lei782015

Mais sugestões em caras.pt

COORDENAÇÃO: **ANA RITA SANTOS**

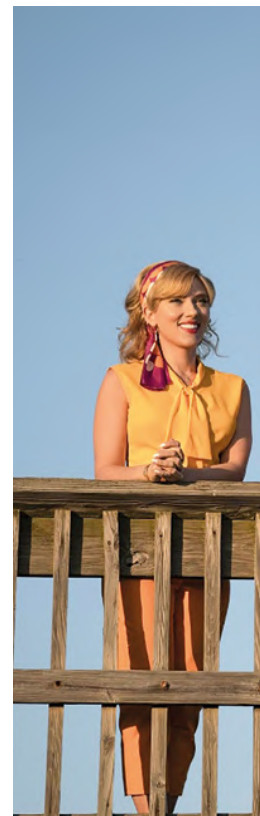
FOTO: DIVULGAÇÃO

Concerto
Carminho

Produzido pela própria artista, *Portuguesa* é o sexto disco da carreira de **Carminho**. E é esse trabalho discográfico que vai apresentar ao vivo no dia 11 de julho, pelas 21h00, no Centro Cultural Olga Cadaval, em Sintra. Neste seu último disco, a cantora aprofunda o seu pensamento sobre o fado e explora várias combinações dentro dos cânones, repensando a forma e movendo-se como peixe numa água que é sua.

FOTO: DIVULGAÇÃO

Espetáculos • Ciclos de Piano nos Palácios de Sintra

Colocando os grandes pianistas portugueses em diálogo com uma nova geração que começa a afirmar-se, estarão em palco **João Xavier, Marta Menezes, Pedro Burmester, António Rosado, Luísa Tender** e **Artur Pizarro**, nos Ciclos de Piano dos Palácios de Sintra. O evento decorre às sextas, sábados e domingos, nos dois primeiros fins de semana de julho, às 19h00, ora na Sala dos Cisnes do Palácio Nacional de Sintra, ora na Sala do Trono do Palácio Nacional de Queluz.

Exposição • Ah, Amália

Experiência sensorial, dinâmica e inesquecível, que permite conhecer **Amália Rodrigues** de uma forma nunca antes vista, ouvida e sentida. Esta exposição imersa convida os visitantes a embarcarem numa viagem única pelo espólio material e imaterial da artista, a cenografia de época, com conteúdos dinâmicos e interativos. Está patente até ao final do ano, todos os dias, das 11h00 às 19h00, no novo espaço 8 Marvila, na Praça David Leandro da Silva, 8, em Lisboa.

FOTO: DIVULGAÇÃO

Filme • "Leva-me para a Lua"

Estreia no cinema a 11 de julho uma comédia romântica realizada por **Greg Berlanti**. Contratada para recuperar a imagem pública da NASA, a especialista em *marketing* Kelly Jones (**Scarlett Johansson**) vai fazer faíscas voarem em todas as direções e causar estragos na já difícil tarefa do diretor de lançamento Cole Davis (**Channing Tatum**).

FOTO: DIVULGAÇÃO

FOTO: DIVULGAÇÃO

Restaurante • Selllva

Coiotes, gazelas e iguanas acabam de invadir Campo de Ourique, com paragem na Rua 4 de Infantaria, 29. O alerta foi dado pelo Selllva, que abriu mais um restaurante. A base da carta mantém-se, mas há a entrada de alguns pratos novos, como o Bowl África, com frango, molho de amendoim e arroz de coco, e a Avelã do Selllva, que vai facilmente ser devorada pelos mais gulosos.

FOTO: DIVULGAÇÃO

Festa • Lisboa Beehive Generation X Y Z

A 5 de julho, no Beato Innovation District, vai ter lugar a primeira edição do Lisboa Beehive Generation X Y Z, uma festa para dançar as músicas do nosso passado. **Nuno Markl**, **Eduardo Madeira**, **Joana Cruz**, **Nuno Galopim**, **David Benasulin** e **Vasco Palmeirim** passarão as suas *playlists*, com **António Pinhão Botelho** como DJ.

Rui Cardoso Martins

O escritor, cronista, argumentista e professor universitário vai estar no Festival de Teatro de Almada a dar um curso de formação dedicado à dramaturgia.

FOTOS: JOÃO LIMA E D.R.

O Sentido dos Mestres é o curso de formação que **Rui Cardoso Martins** dará entre os dias 8 e 12 de julho, das 15 às 18 horas, no Salão das Carochas, integrado no 41.º Festival de Teatro de Almada. É a oportunidade de aprender dramaturgia com o autor dos romances *E Se Eu Gostasse Muito de Morrer*, *Deixem Passar o Homem Invisível* (Grande Prémio de Romance e Novela APE, em 2009), *Se Fosse Fácil Era Para os Outros* e *O Osso da Borboleta*. Nascido em Portalegre, Alentejo, em 1967, Rui Cardoso Martins escreve para cinema, teatro e televisão, além de lecionar Arte da Crónica na Universidade Nova de Lisboa e Argumento no Departamento de Cinema da Lusófona.

FILME • "Grand Tour"

Quero muito ver este filme de **Miguel Gomes** pela razão de todos – o prémio de melhor realização em Cannes – mas também porque admiro o trabalho anterior dos que nele trabalharam. Tive a sorte de escrever para *A Herdade*, de **Tiago Guedes**, e de trabalhar com João Canijo no díptico *Mal Viver / Viver Mal*, que ganhou o Urso de Prata de Berlim em 2023.

LIVRO "As Melhoras da Morte"

Espero que gostem deste novo – e independente – caminho de Cruzeta no Alentejo de *E Se Eu Gostasse Muito de Morrer*, isto é, aos mistérios das pessoas, da morte, do espírito e do corpo, mas com uma grande certeza final: a vida triunfa.

SÉRIE • "Causa Própria"

Creio que foi, até agora, o momento mais profundo do meu trabalho com o querido amigo, coautor e produtor **Edgar Medina** (Arquipélago Filmes). Foi a vez em que mais senti diretamente o efeito apaixonante de uma série [protagonizada por **Margarida Vila-Nova** e **Nuno Lopes**].

CONCERTO • André Gaio

O **André Gaio** é um violinista clássico de reconhecimento mundial e não vou perder o seu concerto a 27 de julho nas ruínas romanas da Ammaia, Marvão, Portalegre, dirigido pelo maestro **Martim Sousa Tavares**, com quem tive, aliás, o gosto de trabalhar em *A Sorte que Tivemos* (Teatro de Almada).

DISCO • "Estação #60"

O disco do Guitolão Trio (**António Eustáquio, André Gaio Pereira** e **Fábio Palma**) é uma fusão de tradicional e de *jazz* e é incrível. E eles são virtuosos e amigos do Alentejo e de sempre.

EXPOSIÇÃO • Atelier

Em exibição até ao final de julho nos Pavilhões da Mitra, em Lisboa. Até nos amigos antigos o **Pedro Cabrita Reis** causou enorme surpresa pela quantidade e qualidade da exposição dos seus 50 anos (trabalhos inéditos desde os 15 de idade) de Arte. Só lá indo se percebe como é gigantemente bela.